

གཤམ་མཁོན་པོ་ལྟུང་། ༤༩



༡༡། རིང་མདའ་བ་གཞིན་ལྷོ་ཕོ་ས་ཀྱི་གསུང་འབུམ་  
བཞུགས་སོ།།

ཐོད་ཀྱང་།

སི་ཁྱོན་ཐོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་ལྷོ་ཕོ་ས་ཀྱི་གསུང་འབུམ་

ཐོད་ཀྱང་ཐོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་ལྷོ་ཕོ་ས་ཀྱི་གསུང་འབུམ་



༣༡ རིང་མདའ་པ་གཞོན་ཅུ་སྟོ་གྲོས་ཀྱི་གསུང་འབུམ།

བུལ་སྒྲིག་མི་ལྔ་འཇོན་གྱི་

བཀའ་འདྲི་ཁྱུ་ལུ་ལ།	གཟན་དཀར་རིན་པོ་ཆེ། སྤུང་བསྟན་སྟོན་ལམ།
གཙོ་སྒྲིག་པ།	སྟོ་ཐར་འཇམ་སྟོ།
ཕྱི་ཤོག་ལག་རྩལ་པ།	པད་དོ།
སྒྲིག་སྟོར་པ།	ཟླ་བ་ལྷ་མོ། བྱམས་པ་བསྟན་འཛིན།
ཁྱུ་དག་པ།	གཡང་ཤོད་ལོ་རྒྱ། བྱམས་པ་བསྟན་འཛིན། འཇམ་དབྱངས་ཤེས་རབ། ཤེས་རབ་དྲི་མེད།
ལས་ཁྲགས་མི་སྟེ།	བྱམས་པ་བསྟན་འཛིན། རྩི་རྩེ། ཟླ་བ་ལྷ་མོ། འབྲུག་རྒྱལ། དམ་ཆོས། ཏྲ་འབྲིན་ལྷ་མོ།
	ཆོ་རིང་དབང་རྒྱལ། གཡང་ཤོད་ལོ་རྒྱ། ཤེས་རབ་དྲི་མེད།

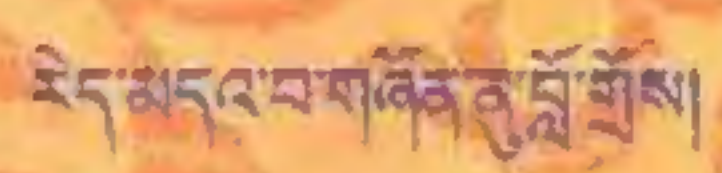












མེད་མེད་ལ་བ་གཞིན་རྒྱལ་གྱིས།







## དཀར་ཆག

དབུ་མ་འདུག་པ། .....	༡
སྒྲིའི་དོན་བཤད་པ། .....	༢
སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོའི་རྣམ་བཤད། .....	༣༤
སེམས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་པའི་རྣམ་བཤད། .....	༤༧
སེམས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་པའི་རྣམ་བཤད། .....	༧༤
སེམས་བསྐྱེད་པ་བཞི་པའི་རྣམ་བཤད། .....	༩༩
སེམས་བསྐྱེད་པ་ལྔ་པའི་རྣམ་བཤད། .....	༩༤
སེམས་བསྐྱེད་པ་དྲུག་པའི་རྣམ་བཤད། .....	༩༤
ཡུལ་ཅན་པའི་ངོ་བོ་བཤད་པ། .....	༩༧
ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་བཤད་པ། .....	༧༧
བདག་སྐྱེད་གསལ་པ། .....	༡༠༠
གཞན་སྐྱེད་གསལ་པ། .....	༡༠༤
རྒྱ་འབྲས་དོན་གཞན་མ་ཡིན་པ་བསྟན་པ། .....	༡༠༧
ཞར་བྱུང་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བསྟན་པ། .....	༡༡༥
རྟེན་འབྲེལ་རྟག་ཆད་མེད་པར་གྱུར་པའི་ཡིན་ཏན། .....	༡༢༩



ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བསྟན་པ། .....	༡༣༤
ཞར་ལ་རྣམ་རིག་པའི་འདོད་པ་དགག་པ། .....	༡༤༥
གཉིས་མེད་གཞན་དབང་རྩ་སྒྲུབ་ཀྱི་རོ་བོ་དགག་པ། .....	༡༤༤
སེམས་ཅམ་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་བསྟན་པ། .....	༡༥༢
གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ། .....	༢༠༢
རྒྱ་མེད་དུ་སྒྲུབ་དགག་པ། .....	༡༠༣
ཀྱན་རྫོང་གི་སྐྱེ་བ་རྟེན་འབྲེལ་དུ་བསྟན་པ། .....	༢༡༤
གང་ཟག་གི་བདག་མེད་བསྟན་པ། .....	༢༢༥
བཀག་པའི་མཛུག་བསྟན་པ། .....	༢༤༦
གང་ཟག་རྟེན་འབྲེལ་དུ་བསྟན་པ། .....	༢༥༡
རྒྱ་འབྲས་ལ་བྱད་པར་དུ་དབྱད་པ། .....	༢༥༥
བདག་མེད་གཉིས་བསྟན་ཏེ་བསྟན་པ། .....	༢༥༤
གཟུགས་སྟོགས་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པ། .....	༢༥༥
ཡོན་ཏན་བརྫོད་པས་མཛུག་བསྟན་པ། .....	༢༥༤
སེམས་བསྐྱེད་པ་བདུན་པའི་རྣམ་བཤད། .....	༢༥༦
སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱད་པའི་རྣམ་བཤད། .....	༢༥༩
སེམས་བསྐྱེད་པ་དགུ་པའི་རྣམ་བཤད། .....	༢༠༡
སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱ་པའི་རྣམ་བཤད། .....	༢༠༢
བརྒྱ་གཅིག་པ་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་རྣམ་བཤད། .....	༢༠༣
སའི་ཡོན་ཏན་གྱི་གྲངས་བསྟན་པ། .....	༢༠༢
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རོ་བོ་སྐྱེ་དང་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱད་པར་བཤད་པ། .....	༢༡༥



མདོར་བསྟུས་ཏེ་བསྟན་བཅོས་གྱི་དགོས་པ་བསྟན་པ། .....	༣༣༧
བྱ་བ་མཐར་ཐུན་པའི་ཡན་ལག་ .....	༣༤༤
དབུ་མའི་ལྟ་བུ་བྱིད་བསྟུས་པ། .....	༣༤༥
དབུ་མའི་ལྟ་བུ་བྱིད་འབྲིང་པོ། .....	༣༤༩
དབུ་མའི་ལྟ་བུ་བྱིད་རྒྱས་པ། .....	༣༥༤







༡༡། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གསལ་བའི་  
སྒྲོན་མ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །  
ཡེ་ཤེས་ལུས་གྲིམས་ཏིང་འཛིན་སྟོབས་གྱིས་རྟེན། །ཉོན་མོངས་གཡུལ་ངོ་སྒྲོག་པའི་  
དབྱ་ཐབས་མཁས། །བྱམས་སོགས་ཆད་མེད་བཞི་ཡི་དཔུང་ཆོགས་ཅན། །མཐུ་  
ཆེན་དཔའ་བོ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །སྐལ་ལྷན་གྱི་དུང་ཁྱུང་མིན་ཡང་འགྲོ་  
བའི་དྲི་མ་དག་བྱེད་ཅུ། །ཅན་གྱིས་བསྒྲོས་སེར་བྱ་མིན་ཡང་འགྲོ་བའི་ཡིད་གྱི་  
གདུང་བ་སེལ། །གཟི་ལྷན་ནམ་མཁའི་ནོར་བྱ་མིན་ཡང་འགྲོ་བའི་མུན་སེལ་སྒྲུང་  
བྱེད་མཆོག། །བྱབ་པའི་བསྟན་དང་བསྟན་འཛིན་ཆོགས་རྣམས་སྟེ་རྒྱུ་གཙུག་ན་  
རྒྱལ་གྱུར་ཅིག། །མཐའ་གཉིས་སྤངས་པའི་རྒྱ་གཏེར་འཛིངས་ལ་གནས། །བྱང་  
ཅུབ་ཡན་ལག་བདུན་གྱི་གདེངས་ཀས་བཟིང། །གསུང་རབ་རིན་ཆེན་གྱིང་ལ་དབང་  
བསྐྱར་པ། །ཁྱུ་སྐྱབ་ཁྱུ་ཡི་དབང་པོས་བདག་སྐྱོངས་གིག། །དེ་ཡི་གཞུང་ལུགས་



རབ་དཀར་ཀུན་དེའི་ཚལ། །གང་གི་སྒྲོ་གྲོས་ཟེར་གྱིས་རྣམ་འབྱེད་ཅིང་། །བྱུང་བསྟན་  
གྲིང་བཞི་གསལ་བའི་འོད་དཀར་ཅན། །དཔལ་ལྷན་སྒྲུབ་པའི་ཞབས་ལའང་གུས་  
བརྟུང་ནས། །གང་ཞིག་རྟོགས་ན་མཐར་ལྷ་རྩེ་རྗེའི་རི། །ཉི་མའི་ཟེར་གྱིས་རྩ་རྩེའི་  
ཟིལ་པ་ལ། །རིག་པ་ཇི་བཞིན་འཇིག་འགྱུར་དབུ་མའི་ལམ། །རྟོག་གའི་རྒྱུད་གིས་  
མ་བསྐྱོད་འདིར་བཤད་བྱ། །ལྷ་དང་ལྷ་དབང་ལྷ་མིན་མིའམ་ཅི། །གྲུབ་པ་ལག་  
འགྲོ་གདེངས་ཅན་དབང་ལ་སོགས། །གོ་ཏུ་ཉ་མའི་བསྟན་ལ་གང་དད་པའི། །སྐལ་  
ལྷན་དེ་དག་དང་བའི་ཡིད་གྱིས་ཉོན། །

འདིར་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚུལ་སྒྲུབ་ན་མེད་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་དབུ་  
མ་ལ་འཇུག་པའི་བསྟན་བཅོས་ནི་གང་བཤད་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཡིན་ནོ། །འདིར་  
བསྟན་བཅོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ནི་ཅི། བརྗོད་པར་བྱ་བ་ནི་གང་། དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་  
བརྒྱུམས་ཞེ་ན། དེ་ལ་རེ་ཞིག་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཇི་ལྟར་བསྐྱོར་བའི་ཚུལ་དང་། སྤྱད་པར་བྱེད་པ་རྣམས་  
གྱིས་ཇི་ལྟར་བསྐྱུས་པའི་ཚུལ་དང་། དགོངས་འབྲེལ་མཁན་པོ་རྣམས་གྱིས་ཇི་ལྟར་  
བཀྲལ་བའི་ཚུལ་གསུམ་གྱིས་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཇི་ལྟར་བསྐྱོར་བ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་འཇིག་རྟེན་  
སྐྱེ་བ་དང་། འགག་པ་དང་། ཉག་པ་དང་། ཆད་པ་དང་། གཅིག་དང་། ཐ་དད་ལ་  
སོགས་པ་སྒྲོས་པའི་ཆོག་ས་མཐའ་དག་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ། མ་རིག་པའི་ལྷན་  
པ་མཐུག་པོས་སྒྲག་ཏུ་གྱུར་པ། འཁོར་བའི་འབྲོག་དགོན་པ་ཉམ་ང་བར་ཡུན་རིང་



པོ་ནས་ཆུད་པ། ཡང་དག་པའི་ལམ་སྟོར་བ། སྒྲེ་བ་དང་། རྒྱ་བ་དང་། ར་བ་དང་།  
འཆི་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མི་བཟད་པ་གཙན་གཟན་དང་། སྐྱུལ་གདུག་པ་ལྷ་བུས་ཤིན་ཏུ་  
གཙུག་པར་གྱུར་ཏེ། ཉམ་ཐག་པའི་སྒྲེ་སྐྱུག་སྟོང་རྗེ་རྗེ་ལྷ་ར་རྒྱུན་དུ་སྒྲོགས་པ་  
དག་ལ་ཤིན་ཏུ་ལུས་དུ་བྱུང་ཞིང་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱགས་རྗེ་ཆེན་པོས་ཡང་དག་པར་  
གཟིགས་ནས། མཐའ་དག་སྒྲོལ་བར་འདོད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཙན་གྱི་བྱང་ཆུབ་གྱི་  
བྱགས་མངོན་དུ་མཛད་དེ། བསྐྱེལ་བ་བྱེ་བ་བྲག་ཁྲིག་དུ་མར་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་  
ཤེས་གྱི་ཆོགས་གྱི་ཁུར་ཆེན་པོ་བཞེས་ནས། ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་རྒྱ་  
མཆོ་བསྐྱབས་པ་ལས། རང་དང་གཞན་གྱི་དགོས་འདོད་མ་ལུས་པ་སྦྱོལ་བ། ཐར་  
པ་སྒྲ་ན་མེད་པ་རིན་པོ་ཆེ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་བུའི་གོ་འཕང་མཆོག་དུ་གྱུར་བ་  
བརྟེན་ཏེ། གདུལ་བྱ་རྣམས་གྱི་ཁམས་དང་། བསམ་པ་དང་། བག་ལ་ཉལ་རྗེ་ལྷ་  
བ་བཞེན་དུ་ཆོས་གྱི་ལའོར་ལོ་སྒྲ་ན་མེད་པ་བསྐྱོར་བར་མཛད་དེ། བཙོམ་ལྷན་  
འདས་གྱིས་ཆོས་གྱི་ལའོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དེའང་། བརྗོད་བྱ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་བྱེ་  
བྲག་ལས་ནི་སྒྲེ་སྟོང་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་དུ་འགྱུར་རོ། །རྗོད་བྱེད་གྱི་བྱེ་བྲག་ལས་ནི་  
གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྟུ་གཉིས་སུ་འགྱུར་རོ། །མི་མཐུན་བྱོགས་གྱི་གཉིན་པོའི་  
བྱེ་བྲག་ལས་ནི་ཆོས་གྱི་ལུང་པོ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་དུ་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྷ་ར། འདོད་  
ཆགས་ལ་སྟོད་པའི་གང་ཟག་ནི་བྲི་ཆིག་སྟོང་། དེ་བཞེན་དུ་ཞེ་སྒྲུང་ལ་སྟོད་པ་དང་།  
གཏི་མུག་ལ་སྟོད་པ་དང་། ཆ་མཉམ་པ་ལ་སྟོད་པའི་གང་ཟག་གྱུང་དེ་སྟོད་རེ་ཡོད་  
པས། དེ་དག་གི་བྱིར་དུ་ཆོས་གྱི་ལུང་པོའང་དེ་སྟོད་གསུངས་སོ་ཞེས་འཕགས་པ་

ལྷ་སྟོན་གྱིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཐབས་ཀྱི་ལེའུའི་འགྲེལ་པར་བཤད་  
 རོ་ཞེས་ཀྱའི་མཁན་པོ་ཟེར་རོ། །དུས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལས་ནི་ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་རྣམ་  
 པ་གསུམ་སྟེ། འདི་ལྟར། བདེན་པ་བཞིའི་ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་དང་། མཚན་ཉིད་  
 མེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་དང་། ལེགས་པར་རྣམ་པར་བྱེ་བ་དང་ལྷན་པའི་ཆོས་  
 ཀྱི་ལའོར་ལོའོ། །

དང་པོ་ནི། ལྷ་ར་རྒྱ་སྤྱོད་སྤྱོད་རྒྱ་བ་རི་དྲགས་ཀྱི་ནགས་སུ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
 ཐེག་པ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་བདེན་པ་བཞི་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་  
 བསྟན་པ་གང་ཡིན་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། བྱ་ཚོད་ལུང་པོའི་རི་ལ་སོགས་པར་ཐེག་  
 པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་སྟོང་པ་  
 ཉིད་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་བསྟན་པ་གང་  
 ཡིན་པའོ། །གསུམ་པ་ནི། བད་མའི་སྟོང་པོ་ཅན་ལ་སོགས་པ་ཞིང་ཡོངས་སུ་དག་  
 པ་དང་། མ་དག་པ་རྣམས་སུ་ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་དག་པར་གཞོལ་བ་  
 རྣམས་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་རྣམ་པ་གསུམ་ལས་བརྒྱམས་ནས་འཕགས་པ་དགོངས་པ་  
 དེས་པར་འགྲེལ་བ་ལ་སོགས་པ་བསྟན་པ་གང་ཡིན་པའོ། །འདིར་ཆོས་ཀྱི་ལའོར་  
 ལོའི་ངོ་བོ་ནི་གང་། ཅིའི་བྱིར་ལའོར་ལོ་ཞེས་བྱ་ཞེན། ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོའི་རང་  
 བཞིན་ནི་གཉིས་ཏེ། བསྟན་པའི་ཆོས་དང་། རྟོགས་པའི་ཆོས་སོ། །དང་པོ་ནི།  
 གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་རྣམས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། མཐོང་ལམ་ལ་སོགས་  
 པ་འཕགས་པའི་ལམ་རྣམས་སོ། །ལའོར་ལོ་དང་ཆོས་མཐུན་པའི་བྱིར་ཆོས་ཀྱི་



འཁོར་ལོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར། འཁོར་ལོས་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་ཀྱིས་འཛོམས་པར་  
 བྱེད་པ་དང་། ཡུལ་གཞན་ནས་གཞན་དུ་འཕོ་བ་ལྟར། བསྟན་པ་དང་ཉོག་ཀྱིས་པའི་  
 བདག་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་རྣམ་པ་འདི་གཉིས་ཀྱང་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་མི་མཐུན་  
 པའི་སྤྱོད་ཀྱིས་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་དང་། གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ལ་རིམ་གྱིས་འཕོ་བའི་  
 བྱིར་རོ། །ཞི་ལྟར་འཕོ་བར་འགྱུར་ཞེ་ན། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ཆོས་  
 ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་ལས། ཀུན་གཤམ་གོ་འུ་ཤི་ཅུ་ལ་སོགས་པས་དེ་ཚུལ་བཞིན་  
 བསྐྱབས་པས་ཉོག་ཀྱིས་པའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྒྲེ་ལ། དེ་དག་གིས་ཀྱང་གདུལ་བྱ་  
 གཞན་ལ་དེ་བསྟན་པ་ལས་དེ་ལྟར་ཉོག་ཀྱིས་པ་སྒྲེ་བར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་གྱིས་སོ། །  
 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་འདི་དག་དུས་ནམ་གྱི་ཆོ་གསུངས་ཞེ་ན། བཅུན་པ་ཡང་  
 དག་བདེན་ན་རེ། འཁོར་ལོ་དང་པོ་ནི་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པའི་ལོ་  
 ཉིད་ཀྱི་ཆོ་གསུངས་ལ། གཉིས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ནས་ལོ་བདུན་ལོན་པ་ན་འོ། །  
 གསུམ་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ནས་ལོ་སུམ་ཅུ་ཅུ་བདུན་ལོན་པ་ན་གསུངས་སོ་ཞེས་ཟེར་  
 རོ། །གཞན་དག་ན་རེ། གསུམ་པོ་དེ་དག་ཀྱང་ཐོག་མ་དང་། བར་དང་། ཐ་མར་  
 གསུངས་པ་ཙམ་དུ་མངོན་གྱི་ལོ་དང་། ལྷ་བ་དང་། དུས་ཆོག་ཀྱི་བྱེ་བྲག་འདི་  
 ཙམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རེས་པར་མི་ཤེས་སོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་  
 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དུས་གཉིས་པར་བསྐྱོར་བ་གང་གིས་ཤེས་ཞེ་ན། ཤེས་རབ་ཀྱི་  
 པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལས། དེའི་ཆོ་ལྷན་གྱི་བསྐྱེད་ཆོད་མེད་པ་རྣམས་ནམ་མཁའ་  
 ལ་མེ་ཉོག་གཏོར་ནས། སྐད་མཐུན་པར་འདི་སྐད་དུ། ཀྱི་བདག་ཅག་ལ་སོགས་



པས་ནི། དེང་འཇམ་བུའི་གྲིང་དུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གིན་ཏུ་གྱུ་ཞོམ་པའི་ཆོས་  
 ཀྱི་ལའོར་ལོ་གཉིས་པ་བསྐྱར་བར་མཐོང་ཞེས་སྒྲུས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལས་  
 ཤེས་སོ། །ལའོར་ལོ་གསུམ་པོ་འདི་དག་ལས་བདེན་པ་བཞིའི་ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་  
 བི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྡེ་སྟོད་དེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་རྣམས་  
 ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཆན་ཉིད་མེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་བི་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་སྡེ་སྟོད་དེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་  
 དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལེགས་པར་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་བི་ཐེག་པ་ཆེ་  
 རྒྱུད་གཉིས་ཀའི་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་ཏེ། ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་དག་པར་བཞུགས་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པོ་འདི་དག་ལས་དྲང་བའི་དོན་ནི་གང་། དེས་པའི་དོན་ནི་གང་ཞེ་ན།  
 དེ་ལ་སྡེ་བ་དག་ནི་ཐ་མ་གཉིས་ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོར་མི་འདོད་ལ། བདེན་པ་བཞིའི་  
 ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་ཉིད་ལན་གསུམ་དུ་བསྒྲུས་གིང་རྣམ་པ་བཅུ་གཉིས་སུ་བསྐྱར་  
 བར་འདོད་དོ། །ཅི་ལྟར་ན་ལན་གསུམ་དུ་བསྒྲུས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ནི་སྤྱག་  
 བསྐྱལ་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ། །ཞེས་པ་ནས་འདི་ནི་ལམ་འཕགས་པའི་བདེན་  
 པའོ། །ཞེས་པའི་བར་ནི་བདེན་པ་བཞིའི་ངོ་བོ་ལ་བསྒྲུས་པ་སྟེ་དང་པོའོ། །དེའི་  
 འོག་ཏུ། འདི་ནི་སྤྱག་བསྐྱལ་འཕགས་པའི་བདེན་པ་སྟེ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
 ཞེས་པ་ནས་འདི་ནི་ལམ་འཕགས་པའི་བདེན་པ་སྟེ། བསྐྱེད་པར་བྱའོ་ཞེས་པའི་  
 བར་ནི་བདེན་པ་བཞིའི་བྱ་བ་ལ་བསྒྲུས་པ་སྟེ་གཉིས་པའོ། །དེའི་འོག་ཏུ་འདི་ནི་



སྒྲིག་བསྐྱེལ་འཕགས་པའི་བདེན་པ་སྟེ་ཡོངས་སུ་ཤེས་སོ། །ཞེས་པ་ནས་འདི་ནི་  
 ལམ་འཕགས་པའི་བདེན་པ་སྟེ། བསྒྲུབས་སོ་ཞེས་པའི་བར་ནི་བདེན་པ་བཞི་ལ་  
 མཐར་ཐྱིན་པར་བཞུས་པ་སྟེ་གསུམ་པའོ། །དེ་དག་གྱང་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་མཐོང་  
 བ་དང་། སྒྲུབ་པ་དང་། མི་སྒྲོབ་པའི་ལམ་གསུམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཅོ། །  
 གསུམ་པོ་དེ་དག་རེ་རེ་ལའང་མིག་དང་། ཤེས་པ་དང་། སྒྲོ་དང་། རིག་པ་སྒྱུའོ་  
 ཞེས་འབྱུང་སྟེ། དེ་ལ་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་བདེན་པ་རྣམས་ལ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 གི་མ་མེད་པ་སྒྱེས་པ་ནི་མིག་གོ། །དེ་ཉིད་དུས་གསུམ་གྱི་བྱེ་བྲག་ལས་ཤེས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འབྱུང་ཅོ། །ཡང་ན། ཆོས་བཟོད་དང་། ཆོས་ཤེས་དང་།  
 རྗེས་བཟོད་དང་། རྗེས་ཤེས་བཞི་དང་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་སྒྱུར་ཅོ། །ཅི་ལྟར་ན་རྣམ་  
 པ་བཅུ་གཉིས་སུ་བསྒྲོར་ཞེ་ན། བདེན་པ་བཞི་པོ་རེ་རེ་ལའང་ངོ་བོ་དང་། བྱ་བ་  
 དང་། མཐར་ཐྱིན་པར་བཞུས་པ་གསུམ་གསུམ་དུ་བསྒྲོར་བའི་བྱིར་ཅོ། །དེ་ལ་  
 བལ་ཆེན་པའི་སྟེ་པ་ལ་སོགས་པ་ཁ་ཅིག་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་  
 ཐམས་ཅད་ནི་ངེས་པའི་དོན་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར་ཅོ། །ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྒྲུབ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམས་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་ལ་དྲང་བའི་དོན་དང་ངེས་  
 པའི་དོན་གཉིས་ཀ་ཡོད་དོ་ཞེས་ཟེར་ཅོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲོབ་དཔོན་དག་ནི་མི་  
 མཐུན་ཏེ། འདི་ལྟར་འཕགས་པ་སྒྲུབ་པ་གྱི་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་དག་ནི། མདོ་སྟེ་གང་  
 སྟོང་པ་ཉིད་མཁྱུད་སྒྲིས་པའི་བར་རྩིང་། ཅིང་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་དེ་  
 དག་ནི་དྲང་བའི་དོན་ཡིན་ལ། མདོ་སྟེ་གང་སྟོང་པ་ཉིད་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་



གཙོ་བོར་སྟོན་པ་དེ་དག་ནི་ངེས་པའི་དོན་གྱི་མདོ་སྡེ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ལའོར་ལོ་  
 དང་བོར་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཕུང་བོ་དང་། ཁམས་དང་། སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་  
 རྣམ་པར་བཞག་ལ། ཐ་མར་ཡང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀྱན་ཏུ་རྟོག་པ་ཡོད་  
 བར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དྲང་བའི་དོན་ཡིན་པ་ལ། བར་བར་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་  
 གསལ་བོར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ངེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་བཞེད་དོ། །འཕགས་པ་ཐོགས་  
 མེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དག་ནི། འཕགས་པ་དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་པའི་  
 རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས། བཀའ་དང་བོ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་མཁུད་ནས་ཡོད་པའི་རྣམ་པ་  
 སྟོན་པ་དང་། གཉིས་པ་ཡང་ཡོད་པ་ཉིད་མཁུད་ནས་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་སྟོན་  
 པའི་ཕྱིར་ངེས་པའི་དོན་མ་ཡིན་ལ། ཐ་མར་ནི་རང་བཞིན་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ཡོད་པ་  
 དང་མེད་པ་ལེགས་པར་བྱེ་ནས་སྒྲོ་འདོགས་པ་དང་། སྒྱར་བ་འདེབས་པའི་མཐའ་  
 གཉིས་ཀ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་ངེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་བཞེད་དོ། །དེ་ལྟར་ཡང་འཕགས་  
 པ་དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་བ་ལས། བཙོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དང་བོར་ཡུལ་  
 ལྷ་ར་རྒྱ་སྒྲི་དྲང་སྟོང་ལྷུང་བ་རི་དྲགས་ཀྱི་ནགས་སུ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ཡང་  
 དག་པར་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ། འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་བསྟན་པའི་རྣམ་པས་  
 ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་ངོ་མཚར་མྱད་དུ་བྱུང་བ་སྟོན་ལྟར་གྱུར་པའོམ། མིར་གྱུར་པ་  
 སུས་ཀྱང་ཆོས་དང་མཐུན་པར་འཇིག་རྟེན་དུ་མ་བསྐྱོར་བ་ཞིག་རབ་ཏུ་བསྐྱོར་ཏེ།  
 བཙོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དེའང་སྒྲོ་ན་མཆིས་པ། སྐབས་  
 མཆིས་པ། དྲང་བའི་དོན། རྩོད་པའི་གཞིའི་གནས་སུ་གྱུར་པ་ལགས་ལ། བཙོམ་



ལྷན་འདས་གྱིས་ཆོས་རྣམས་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་མཆིས་པ་ཉིད་ལས་བརྒྱམས། སྐྱེ་བ་  
 མ་མཆིས་པ་དང་། འགག་པ་མ་མཆིས་པ་དང་། གཞེད་མ་ནས་ཞི་བ་དང་། རང་  
 བཞིན་གྱིས་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཉིད་ལས་བརྒྱམས་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་  
 དག་པར་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ། སྒྲོང་བ་ཉིད་སྒྲོས་པའི་རྣམ་པས་ཆོས་ངོ་མཚར་མྱད་  
 ཏུ་བྱུང་བའི་ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་གཉིས་པ་བསྒྲོར་ཏེ། བཙུམ་ལྷན་འདས་གྱིས་ཆོས་  
 གྱི་འཁོར་ལོ་བསྒྲོར་བ་དེའང་སྒྲ་ན་མཆིས་པ། སྐབས་མཆིས་པ། ཏུང་བའི་དོན།  
 རྩོད་པའི་གཞིའི་གནས་སུ་གྱུར་པ་ལགས་གྱི། བཙུམ་ལྷན་འདས་གྱི་ཆོས་རྣམས་  
 གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་མཆིས་པ་ལས་བརྒྱམས། སྐྱེ་བ་མ་མཆིས་པ་དང་། འགག་པ་མ་  
 མཆིས་པ་དང་། གཞེད་མ་ནས་ཞི་བ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོངས་སུ་མྱ་ངན་  
 ལས་འདས་པ་ཉིད་ལས་བརྒྱམས་ནས་ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་དག་པར་  
 ཞུགས་པ་རྣམས་ལ། ལེགས་པར་རྣམ་པར་སྐྱེ་བ་དང་ལྷན་པའི་གིན་ཏུ་ངོ་མཚར་  
 མྱད་ཏུ་བྱུང་བའི་ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་གསུམ་པ་བསྒྲོར་ཏེ། བཙུམ་ལྷན་འདས་གྱིས་  
 ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྒྲོར་བ་འདི་ནི་སྒྲ་ན་མ་མཆིས་པ། སྐབས་མ་མཆིས་པ། དེས་  
 པའི་དོན་ལགས་ཏེ། རྩོད་པའི་གཞིའི་གནས་སུ་གྱུར་པ་མ་ལགས་སོ། །ཞེས་  
 གསུངས་སོ། །འདིའི་བསྐྱུས་པའི་དོན་ནི་གཉིས་གྱིས་རིག་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར།  
 བཤད་བྱའི་ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་དང་། འཆད་བྱེད་གྱི་ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་གཉིས་སོ། །  
 དང་པོ་ལའང་། བདེན་པ་བཞིའི་འཁོར་ལོ་དང་། མཚན་ཉིད་མེད་པའི་འཁོར་ལོ་  
 གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལའང་། ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་ཡང་དག་པར་བསྟན་པ་དང་། དེ་



ཉིད་དམན་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལའང་། ལྷོན་པ་གང་གིས། ཏུས་ནམ་གྱི་ཆོ།  
གནས་གང་དུ། གདུལ་བྱ་གང་ལ། བརྗོད་བྱ་གང་ལས་བརྩམས་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་  
ལའོར་ལོ་གང་བསྟོར་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ནི། བཙུམ་  
ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི་དང་པོར་ཞེས་པའོ། །གསུམ་པ་ནི།  
ཡུལ་ལྷ་ར་རྒྱ་སྤྲི་ཞེས་པའོ། །བཞི་པ་ནི། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ཞེས་སོ། །ལྲ་པ་ནི།  
འཕགས་པའི་བདེན་པ་ཞེས་སོ། །དུག་པ་ནི། ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་ངོ་མཆར་མྱད་དུ་  
བྱུང་བ་ཞེས་སོགས་སོ། །གཉིས་པ་ཆོས་ལའོར་དེ་ཉིད་དམན་པར་བསྟན་པ་ནི་བཙུམ་  
ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་བསྟོར་བ་དེའང་ཞེས་སོགས་སོ། །དེ་ལ་སྟུན་  
མཆིས་པ་ཞེས་པ་ནི་ལའོར་ལོ་བྲམ་གཉིས་གོང་ན་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་  
བྱིར་སྐབས་ཡོད་པའོ། །དྲང་བའི་དོན་ཅེས་པ་ནི་སྒྲི་ཇི་བཞིན་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
རོ། །འདི་ཉིད་ཀྱིས་ན་རྩྱུད་པའི་གཞིའི་གནས་སོ། །གཉིས་པ་མཆན་ཉིད་མེད་  
པའི་ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་ལའང་། ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་ཡང་དག་པར་བསྟན་པ་དང་།  
དེ་ཉིད་ངེས་པའི་དོན་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལའང་སྟུམ་ལྷ་ར་དུག་ལས།  
ལྷོན་པ་གང་གིས་ཞེ་ན། བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཞེས་སོ། །ཏུས་ནི་བདེན་བཞིའི་  
ཆོས་ལའོར་བསྟོར་བ་དེའི་འོག་ཏུའོ། །གནས་ནི་བྱ་གོད་ལུང་པོའི་རི་ལ་སོགས་  
པར་རོ། །བརྗོད་བྱ་གང་ལས་བརྩམས་ཞེ་ན། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་མཆིས་  
པ་ལས་བརྩམས་ཞེས་སོགས་སོ། །གདུལ་བྱ་གང་ལ་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཞེས་  
སོགས་སོ། །ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་ནི། ཆོས་ངོ་མཆར་མྱད་དུ་བྱུང་བའི་ཞེས་སོགས་སོ། །

གཉིས་པ་དེ་དོན་དམ་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ་ནི། བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་  
 འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བ་དེ་འང་ཞེས་སོགས་སོ། །དེ་ལ་སྒྲུ་ན་མཆིས་པ་ནི་འཁོར་ལོ་བ་  
 མ་གོང་ན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་སྐབས་ཡོད་པའོ། །སྒྲུ་ཇི་བཞིན་པ་  
 མ་ཡིན་པས་དྲང་བའི་དོན་ཏོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་རྩོད་པའི་གཞིའི་གནས་སུ་གྱུར་  
 པའོ། །གསུམ་པ་འཆད་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ནི། ལེགས་པར་རྣམ་པར་སྤྱེ་བ་  
 དང་ལྷན་པའི་འཁོར་ལོ་སྟེ། དེས་ནི་འཁོར་ལོ་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་པ་མི་  
 འགལ་བར་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་འང་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡང་དག་  
 པར་བསྟན་པ་དང་། དེ་ཉིད་ངེས་པའི་དོན་དུ་བསྟན་པ་གཉིས་ཀྱིས་རིག་པར་བྱའོ། །  
 དང་པོ་ལའང་། སྟོན་པ་གང་གིས་ན། བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཞེས་སོ། །དུས་ནི་  
 འཁོར་ལོ་གཉིས་པའི་འོག་ཏུ་ལོ། །གནས་ནི་པད་མའི་སྒྲིང་པོ་ཅན་ལ་སོགས་པའོ། །  
 བརྗོད་པར་བྱ་བ་ནི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་མཆིས་པ་ལས་བརྒྱམས་ཞེས་  
 སོགས་སོ། །གདུལ་བྱ་ནི་ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་ཞེས་སོ། །  
 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ནི་ལེགས་པར་རྣམ་པར་སྤྱེ་བ་དང་ལྷན་པ་ཞེས་སོགས་སོ། །  
 གཉིས་པ་དེ་ངེས་པའི་དོན་དུ་བསྟན་པ་ནི། བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཞེས་སོགས་ཏེ།  
 སྒྲུ་ན་མ་མཆིས་པ་ནི། འདིའི་གོང་ན་འཁོར་ལོ་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་  
 ཀྱི་ཕྱིར་སྐབས་མེད་པའོ། །ངེས་པའི་དོན་ནི་འདིར་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་སོགས་སོ་  
 སོར་སྤྱེ་ནས་བསྟན་པས་སྒྲུ་ཇི་བཞིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་རྩོད་  
 པའི་གཞིའི་གནས་མ་ཡིན་ནོ། །བཀའ་བར་པ་ངེས་པའི་དོན་དུ་འདོད་པ་དག་



གིས་མདོ་འདི་རི་ལྟར་བྲང་ཞེ་ན། དེ་དག་ནི་མདོ་སྡེ་འདི་ལ་སོགས་པ་གང་དུ་རྣམ་  
 བར་རིག་པ་ཙམ་གྱི་ཚུལ་སྟོན་པ་སྟེ། དེ་ཐམས་ཅད་ནི་བྲང་བའི་དོན་དུ་འཆད་པར་  
 བྱེད་དོ། །འདི་དག་བྲང་དོན་ཡིན་པར་གང་ལས་ཤེས་ཞེ་ན། ལུང་དང་རིགས་པ་  
 ལས་ཏེ། དེ་ལ་རེ་ཞིག་ལུང་ནི་འཕགས་པ་ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས། རི་ལྟར་  
 བྲང་པ་བྲང་པ་ལ། །སྒྲུན་པས་སྒྲུན་ནི་གཏོང་བ་ལྟར། །དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་སེམས་  
 ཅན་ལ། །སེམས་ཙམ་དུ་ཡང་ཆོས་སྟོན་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དགོས་པ་ནི།  
 གཙུ་བོ་དང་། རུལ་དང་། དབང་ལྷག་ལ་སོགས་པ་རང་གཞན་གྱི་སྡེ་པ་དག་གིས་  
 བརྟགས་པའི་བྱེད་པ་པོ་དང་། གང་ཟག་ལ་སོགས་པ་དགག་པའི་བྱིར་ཏེ། ཡང་དེ་  
 ཉིད་ལས། གང་ཟག་རྒྱན་དང་ལྷག་པོ་དང་། །དེ་བཞིན་རྒྱན་དང་རུལ་དང་ནི། །  
 གཙུ་བོ་དབང་ལྷག་བྱེད་པོ་རྣམས། །སེམས་ཙམ་དུ་ནི་ངས་བཤད་དོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་བྱིར་རོ། །རིགས་པ་འང་ཡོད་དེ། དགོངས་འགྲེལ་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་  
 གཞན་དབང་རྣམ་རིག་ཙམ་ཡོད་པར་བསྟན་པ་དེ། གལ་ཏེ་ངས་པའི་དོན་ཡང་  
 དག་པ་ཡིན་ན་རིགས་པས་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་བར་རིགས་ན། །འོག་ནས་འཆད་  
 པར་འགྱུར་བའི་རིགས་པས་རྣམ་ཤེས་བདེན་པར་གྲུབ་པ་བརྟག་མི་བཟོད་པའི་  
 བྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་མདོ་འདིར། བར་པ་བྲང་བའི་དོན་དང་ཐ་མ་ངས་པའི་དོན་དུ་  
 གསུངས་པའི་དགོངས་པ་ནི། དམིགས་པ་ཙན་དུ་ལྟ་བ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སྒྲག་པ་དག་  
 རིམ་གྱིས་བྲང་བར་བྱ་བའི་བྱིར་དང་། ཐ་སྟོད་དུ་སེམས་ཙམ་ལས་གཞན་པའི་བྱེད་  
 པ་པོ་དང་། ཟ་བ་པོ་དགག་པའི་བྱིར་གསུངས་པར་ལུང་དང་རིགས་པས་ཤེས་ཏེ།

ཀྱས་པར་འོག་ཏུ་འཆད་པའི་བྱིར་མ་སྒྲིན་སོ། །གང་དག་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་  
གཞན་པའི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྤྲོད་པོ་དྲག་པ་ཁས་སྒྲུངས་ནས། དེ་ཉིད་བཀའ་  
ཐ་མའི་དགོངས་པ་ཡིན་པར་བསམས་ནས་ལུང་འདི་ཉིད་གྱིས་བཀའ་ཐ་མ་ངེས་  
དོན་དུ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ནི་སྣ་བཅད་མ་གཡར་བོའི་ཀྱན་གྱིས་མཛེས་པར་རྫོམ་པ་  
དང་འདྲ་སྟེ། ལུགས་དེ་ནི་བཀའ་ཐ་མ་ངེས་དོན་དུ་བཞེད་པའི་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་དག་  
གི་ལུགས་ལས་ཀྱང་བྱི་རོལ་ཏུ་གྱུར་པའི་བྱིར་རོ། །རྒྱ་མཚན་ཀྱས་པར་གཞན་དུ་  
བཤད་དོ། །

དེ་ལྟར་བྱབ་པས་ཆོས་གསུངས་པའི་ཚུལ་མདོ་ཙམ་སྒྲིན་ནས། དེའི་འོག་  
ཏུ་གསུང་རབ་དེ་ཉིད་སྟེད་པར་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཇི་ལྟར་བསྟུས་པའི་ཚུལ་ཅུང་  
ཞིག་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་བསྟུ་བ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཐེག་པ་དམན་པའི་སྟེ་  
སྟོད་ཀྱི་བསྟུ་བ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྟེ་སྟོད་ཀྱི་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ལའང་། ཕ་  
བའི་བསྟུ་བ་གཅིག་དང་། གནས་སྐབས་ཀྱི་བསྟུ་བ་གཉིས་ཏེ་གསུམ་དུ་གྲགས་སོ། །  
དང་པོ་ནི། ཕ་བའི་སྟེད་པ་པོ་འཕགས་པ་འོད་སྟངས་ཆེན་པོ་དང་། ཉེ་བ་ལའོར་  
དང་། ཀྱན་དགའ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་བཙོམ་ལྡན་འདས་མྱ་ངན་ལས་འདས་ནས་རིང་  
པོ་མ་ལོན་པར་ན། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་དག་བཙོམ་པ་ལྷ་བརྒྱའི་དབུས་སུ་སྟོན་པས་  
ཆོས་ཡང་དག་པར་སྟེད་པའི་མདོ་ལས་ཇི་ལྟར་སྟངས་བ་ལྟར། ཐེག་མར་འདི་སྐད་  
བདག་གིས་ཐོས་པ་དང་། ཐ་མར་བཙོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལ་མདོན་  
པར་བསྟོད་པ་དང་། བར་སྐབས་དག་ཏུ་མཚམས་སྦྱར་དང་། འབྲེལ་བ་ལ་སོགས་



པ་རྗེ་ལྷ་ར་རིགས་པ་བསྟན་དེ་བྲེག་པ་དམན་པའི་སྡེ་སྟོན་གསུམ་ཡང་དག་པར་  
 བསྟུས་སོ། །དེ་ནས་བཙུམ་ལྷན་འདས་སྐྱ་ངན་ལས་འདས་ནས་ལོ་བརྒྱ་ལོན་པ་དང་།  
 ཡངས་པ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་ཡངས་པ་ཅན་གྱི་དགོ་སྟོང་རྣམས་ཀྱིས་རུང་བ་མ་ཡིན་  
 པའི་གཞི་བཙུས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་མ་ལྟར་སྡེ་དྲི་མ་ཅན་དུ་བྱས་པ་ན་  
 འཕགས་པ་གྲགས་པ་ལ་སོགས་པ་དག་བཙུམ་པ་བདུན་བརྒྱས་རུང་བ་མ་ཡིན་  
 པའི་གཞི་བཙུ་སྐྱ་ལྷན་འདས་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་གསོ་སྟོང་མཛད་དེ། དེ་ལ་བསྟུ་བ་གཉིས་  
 པ་ཞེས་གྲགས་སོ། །བསྟུ་བ་གཉིས་པོ་འདི་ནི་ལུང་ཕྱན་ཆོགས་ལས་བྱུང་ངོ། །བསྟུ་བ་  
 གསུམ་པ་ནི་བསྟན་བཙུམ་ལས་གྲགས་པར་ཟད་ཀྱི་ལུང་ལས་མི་འབྱུང་ངོ། །བསྟུ་  
 བ་གཉིས་པ་མ་བྱུང་བའི་གོང་དུ་ནི་སྡེ་པ་སོ་སོར་གྱེས་པའང་མེད་ལ། དེ་ནས་བདུད་  
 ཀྱི་ལས་ཆེར་གཡོས་ཏེ་རྩྱུད་པའི་ཆོས་འགའ་ཞིག་བྱུང་བས་སྡེ་པ་སོ་སོར་གྱེས་  
 ཤིང་། སྡེ་པ་རྣམས་གྱེས་པའི་འོག་དུ་བསྟུ་བ་གསུམ་པ་བྱུང་བར་མདོན་ཏེ། རྒྱལ་  
 པོ་གྱི་གྱིའི་མི་ལྷས་ལུང་བསྟན་པའི་མདོ་ལ་བརྟེན་ནས་སྡེ་པ་ཐམས་ཅད་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པར་བསྟུས་པ་ཉིད་ལ་བསྟུ་བ་གསུམ་པར་གྲགས་པའི་བྱིར་ངོ། །  
 སྡེ་པ་སོ་སོ་དེ་དག་ཀྱང་དུས་ནམ་གྱི་ཆོ་གྱེས། རྣམ་པ་དུ་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། འདི་ལ་  
 རྟོག་གི་འབར་བར་ལུགས་གསུམ་འབྱུང་སྟེ། དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་  
 འདས་ཡོངས་སྐྱ་ལྷན་འདས་ནས་ལོ་བརྒྱ་དང་བཙུ་དུག་ལོན་པ་ན། གྲོང་  
 ཁྱེར་མེ་ཏོག་གིས་རྒྱས་པ་ཞེས་བྱ་བར། རྒྱལ་པོ་རྣམ་པ་སོ་གཞིས་བྱ་བ་རྒྱལ་སྤྱིད་  
 བྱེད་པའི་ཆོ། རྩྱུད་པའི་ཆོས་འགའ་ཞིག་བྱུང་བའི་དབང་གིས་དགོ་འདུན་གྱི་དབྱེན་

ཆེན་པོར་གྱུར་ཏོ། །དེ་རེ་ཞིག་སྡེ་གཉིས་སུ་ཆད་ནས་གནས་ཏེ། དགེ་འདུན་པ་ལ་  
 ཆེན་པ་དང་། གནས་བརྟན་པའོ། །དེ་ལ་དགེ་འདུན་པ་ལ་ཆེན་པའི་སྡེ་པའང་རིམ་  
 གྱིས་བྱེ་བར་གྱུར་པ་ན་རྣམ་པ་བརྒྱད་དུ་གནས་ཏེ། འདི་ལྟར་དགེ་འདུན་པ་ལ་ཆེན་  
 པའི་སྡེ་པ་དང་། ཐ་སྙད་གཅིག་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་སྐྱེ་བ་དང་།  
 མང་དུ་སྐོས་པ་དང་། ཏྲག་པ་སྐྱེ་བ་དང་། མཆོད་རྟེན་པ་དང་། ཤར་གྱི་རི་བོ་པ་  
 དང་། རྩལ་གྱི་རི་བོ་པ་རྣམས་སོ། །གནས་བརྟན་པའང་རིམ་གྱིས་བྱེ་བར་འགྱུར་  
 བ་རྣམ་པ་བརྒྱུད་གནས་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། གནས་བརྟན་པ་དང་། ཐམས་ཅད་ཡོད་  
 པར་སྐྱེ་བ་དང་། གནས་པ་བྱ་བ་དང་། ཆོས་མཆོག་པ་དང་། བཟང་པོའི་ལམ་པ་  
 དང་། ཀུན་གྱིས་བཀུར་བ་དང་། མང་སྟོན་པ་དང་། ཆོས་སྤྲས་པ་དང་། ཆར་  
 བཟང་འབེབས་པ་དང་། སྤྲ་མ་པ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་སོ། །དེ་ལ་གནས་བརྟན་པའི་  
 མིང་གཉིས་པ་ནི་གངས་རི་བ་ཞེས་གྲང་བུའོ། །ཡོད་སྐྱེ་བའི་མིང་གཞན་ཡང་རྣམ་  
 པར་སྡེ་སྡེ་སྐྱེ་བ་དང་། རྒྱུར་སྐྱེ་བ་དང་། ཁ་ཅིག་མུ་རུན་ཏ་ཀ་པ་ཞེས་གྲང་ཟེར་རོ། །  
 ཀུན་གྱིས་བཀུར་བ་པའི་མིང་གཞན་ནི། བན་ཏ་ཀ་པ་དང་། ཀུ་རུ་ཀུ་ལ་པ་ཞེས་  
 གྲང་ཟེར་རོ། །ཆར་བཟང་འབེབས་པའི་མིང་གཉིས་པ་འོད་སྤྲངས་པ་ཞེས་གྲང་  
 ཟེར། སྤྲ་མ་པ་ལའང་། ཁ་ཅིག་འཕོ་བར་སྐྱེ་བ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ལུགས་གཉིས་པ་ནི་  
 བྱེ་བའི་དུས་དང་གནས་དང་། རྒྱུ་མཆོན་སྤྲ་མ་དང་འདྲ་བ་ལ། ཅུ་བའི་དབྱེ་བ་རྣམ་  
 པ་གསུམ་ནི། འདི་ལྟར། གནས་བརྟན་པ་དང་། དགེ་འདུན་པ་ལ་ཆེན་པ་དང་།  
 རྣམ་པར་སྡེ་སྡེ་སྐྱེ་བའོ། །གནས་བརྟན་པའང་གཉིས་ཏེ། ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྐྱེ་



བ་དང་། གནས་མ་བུའི་སྡེ་པའོ། །ཡོད་པར་སྦྱ་བའང་གཉིས་ཏེ། དེ་ཉིད་དང་། མདོ་  
 སྡེ་སྦྱ་བའོ། །གནས་མ་བུ་པའང་བཞི་སྟེ། མང་པོས་བཀྱར་བ་དང་། ཆོས་མཆོག་  
 པ་དང་། བཟང་པོའི་ལམ་པ་དང་། གྲོང་ཁྱེར་དུག་པ་རྣམས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་གནས་  
 བརྟན་པ་ནི་དུག་ཏུ་གནས་སོ། །དགེ་འདུན་པ་ལ་ཆེན་པའང་རྣམ་པ་བརྒྱད་དེ། འདི་  
 ལྟར། དེ་ཉིད་དང་། ཤར་གྱི་རི་བོ་པ་དང་། རུབ་གྱི་རི་བོ་པ་དང་། རྒྱལ་པོའི་རི་པ་  
 དང་། གངས་རི་པ་དང་། རོན་གྲུབ་པ་དང་། མཆོད་རྟེན་པ་དང་། བ་ལང་གནས་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་སོ། །རྣམ་པར་བྱེ་སྟེ་སྦྱ་བའང་བཞི་སྟེ། ས་སྟོན་པ་དང་། འོད་  
 སྒྲུངས་པ་དང་། ཆོས་སྤྲས་པ་དང་། གོས་དམར་བ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་སོ། །ལྷགས་  
 གསུམ་པ་ནི། བཙུམ་ལྷན་འདས་སྒྲུང་ན་ལས་འདས་ནས་ལོ་བརྒྱ་དང་སུམ་ཅུ་ཅུ་  
 བདུན་ལོན་པ་ན། རྒྱལ་པོ་དགའ་བོ་དང་། བདུ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བས་གྲོང་ཁྱེར་པ་  
 ཏ་ལ་བུ་ཉའི་ནང་དུ་སྦྱད་པར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་འཕགས་པ་པལ་ཆེ་བ་ནི།  
 ཡང་ལེན་པ་མེད་པར་བསེལ་བའི་དངོས་པོ་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ན། འཕགས་པ་འོད་  
 སྒྲུངས་ཆེན་པོ་དང་། འཕགས་པ་སྒྲུ་ཆེན་པོ་དང་། གཏོང་བ་ཆེན་པོ་དང་། སྤྲུམ་  
 དང་། རི་བ་ཏ་ལ་སོགས་པའི་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ཐོབ་པའི་དགྲ་བཙུམ་པའི་དགེ་  
 འདུན་དེ་ལྟར་བཞུགས་པ་ན། བདུང་སྟོན་ཅན་བཟང་པོ་ཐམས་ཅད་མི་མཐུན་པའི་  
 རྩོགས་སུ་གྱུར་པ་དགེ་སློང་གི་ཆ་བྱད་འཛིན་པས་རྩུ་འཕྲུལ་སྦྱ་ཆོགས་བསྟན་ཏེ།  
 གཞི་ལྷས་དགེ་འདུན་གྱི་དབྱེན་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་དེ། གནས་བརྟན་སྒྲུ་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
 ཡོད་བརྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་མང་དུ་ཐོས་པ་དག་གིས་གཞི་ལྷ་བསྐྱགས་པར་བྱེད་དོ། །

གཞི་ལྔ་ནི། རྗེས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱེད་ཅིང་དེས་གཞན་ལ་ལན་གདབ་པ་དང་། མི་  
ཤེས་པ་དང་། ཡིད་གཉིས་དང་ཡོངས་སུ་བརྟག་པ་དང་། བདག་ཉིད་གསོ་བར་  
བྱེད་པ་ནི་ལམ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་  
ནས་དགེ་འདུན་སྡེ་གཉིས་སུ་ཆད་ནས་གནས་ཏེ། གནས་བརྟན་པ་དང་པལ་ཆེན་  
སྡེ་པའོ། །དེ་ལྟར་ལོ་དྲུག་ཅུ་ཅུ་གསུམ་བར་དུ་དགེ་འདུན་བྱེ་ནས་འཁྲུག་ལོང་གིས་  
གནས་སོ། །

དེ་ནས་སྒྲིན་པ་ཐུང་ན་ལས་འདས་ནས་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་གཉིས་འདས་པ་ན།  
གནས་བརྟན་གནས་མ་བུས་བསྟན་པ་ཡང་དག་པར་བསྟུས་སོ། །དེས་ཡང་དག་  
པར་བསྟུས་པའི་རྗེས་ལ། དགེ་འདུན་པལ་ཆེན་པ་ནི་རྣམ་པ་དྲུག་ཏུ་བྱེས་ལ། གནས་  
བརྟན་པ་ནི་རྣམ་པ་བཅུ་གཉིས་སུ་བྱེས་ཏེ་གནས་པར་བཤད་དོ། །སྒྲོབ་དཔོན་གྱ་  
འོང་ནི། གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྒྲིབ་བ་ཉིད་ལས་གཞན་བཅུ་བདུན་བྱེས་པར་  
བཞེད་དོ། །རྒྱའི་མཁན་པོས་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་འགྲེལ་བར། ཐམས་ཅད་ཡོད་  
པར་སྒྲིབ་པ་དང་པལ་ཆེན་པ་གཉིས་ལ་རེ་རེ་ཞིང་བཅུ་བཅུར་བྱེས་པས་སྡེ་པ་ཉི་ལྔར་  
བཤད་དོ། །གཞན་ཡང་སྒྲོབ་དཔོན་དུ་ལ་བའི་ལྷས་ཀྱང་སྡེ་པ་ཐ་དད་ཀླག་པའི་ལའོར་  
ལོ་ལས་རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དབྱེ་བ་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་བཤད་དེ་མ་བྲེས་སོ། །  
སྡེ་པ་འདི་རྣམས་ཀྱི་སོ་སོའི་རྩ་བའི་དམ་ཆོག་དང་། མིང་གི་དོན་རྣམས་ནི་ཞིབ་པར་  
རྟོག་གོ་འབར་བ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྡེ་སྒྲོད་ཡང་དག་པར་བསྟུ་བ་ལའང་། རྩ་བའི་



བསྐྱུ་བ་གཅིག་དང་། གནས་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱུ་བ་གཉིས་སུ་གནས་སོ། །དང་པོ་རྩ་  
 བའི་སྐད་པ་པོ་ནི། བུམས་པ་དང་། ཀུན་རྟུ་བཟང་པོ་ལ་སོགས་པ་བྱང་རྒྱུ་མེད་སྐུ་  
 དཔལ་རྣམས་ཡིན་ཏེ། རྟོག་གི་འབར་བར་རྩ་བའི་བསྐྱུས་པ་བྱེད་པ་པོ་ཀུན་རྟུ་བཟང་  
 པོ་དང་། འཇམ་དཔལ་དང་། གསང་བའི་བདག་པོ་དང་། བུམས་པ་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་སྤྱིར་རོ། །བདག་ཅག་གི་རྩ་བའི་སྐད་པ་པོར་བྱེད་པ་ཉན་  
 ཐོས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་རབ་ནི་དེ་དག་གི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །ཞེས་བཤད་པས་སོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་རྟུ་སྤྱན་པ་  
 ཡོངས་སུ་གཏད་པའི་ལེའུ་ལས། འཕགས་པ་ཀུན་དགའ་བོ་ཉིད་ལ་ཡོངས་སུ་  
 གཏད་པའི་སྤྱིར་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡང་སྐད་པར་བྱེད་པ་པོ་ནི་འཕགས་པ་ཀུན་  
 དགའ་བོ་ཉིད་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཞན་དག་ན་རེ། ཀུན་དགའ་བོའི་མདོ་  
 ལས། བཙུམ་ལྷན་འདས་བགྲེས་པར་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་ན། འཕགས་པ་  
 ཀུན་དགའ་བོ་ལ་བསྟེན་བཀུར་བར་བཀའ་བསྩལ་པ་ཏེ། ངས་བསྟན་པའི་ཆོས་རྣམས་  
 ཀྱང་འཛིན་པར་རྒྱས་སོ་ཞེས་པ་ནས། དེས་གསོལ་བ། བདག་ལོ་ཉི་ཤུ་ལྷག་ཙམ་  
 ཞིག་བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཐད་དུ་གནས་པར་བགྱི་ལགས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཉིད་  
 ལས། ཆོས་ཀྱི་སྤང་པོ་སྤྲོང་སྤྲུག་བརྒྱད་ཅུ་ཞིག་བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཐད་ནས་བདག་  
 གིས་གཟུང་ངོ། །གཉིས་ནི་དགོ་སྤྲོང་དག་ལའོ་ཞེས་པའི་ལུང་འདི་ལས་ནི། འཕགས་  
 པ་ཀུན་དགའ་བོས་དེ་བཞིན་གཤེས་པ་ལས་ཆོས་ཐམས་ཅད་མ་ཐོས་པའི་སྤྱིར་ན།  
 མདོ་སྡེ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུ་བར་མི་རྒྱས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གནས་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱུ་བ་

གཉིས་ཀྱང་། གཅིག་ནི་སྒྲིགས་པམ་མི་ཉམས་པར་སྟུང་པར་བྱེད་པ་ཙམ་ཡིན་ལ།  
 གཞན་ནི་ཐེག་ཆེན་ལ་སྒྲོ་སྒྱུར་སྒྲུངས་ནས་དེའི་བསྟན་པ་རྒྱས་པར་བྱེད་པའོ། །  
 དང་པོ་ནི། བསྟན་པ་ལ་དགའ་བའི་ཀླུ་རྣམས་ཡིན་ཏེ། བཙུམ་ལྷན་འདས་སྐྱ་ངན་  
 ལས་འདས་པའི་འོག་དུ་འཛམ་བུའི་གླིང་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྟོན་དུ་གྱུར་པ་སུའང་  
 མེད་པས། ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྡེ་རྣམས་སུས་ཀྱང་མ་བསྟུས་པ་ན་དེ་དག་གིས་བསྟུས་ཏེ།  
 གླུའི་འཛིག་རྟེན་ལ་སོགས་པར་བཞུགས་པར་གསོལ་བའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་  
 སྒྲོབ་སྒྲིང་ལས་ཀྱང་། བསྟན་པ་རིན་ཆེན་མཆོག་ལྟར་བཟང་ལ་འཕེན་མེད་པ། །  
 རྣམ་པར་དག་ཚུལ་གང་ཡིན་སྟུ་མགོའི་གདེངས་ཀ་ཅན། །ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་  
 གཙུག་གི་རྒྱན་བཞིན་གྱས་མཐོས་ནས། །ས་ཡི་གཏིང་ན་གནས་པའི་རབ་རིབ་  
 སེལ་བར་མཛད། །ཅེས་གང་ག་སུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི། འཕགས་པ་གྲུ་  
 གྲུབ་ཡིན་ཏེ། དེས་གླུའི་ཡུལ་ནས་འཕགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྡེ་དུ་མ་སྟུན་དངས་ནས། མིའི་ཡུལ་དུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 བསྟན་པ་རྒྱས་པར་མཛད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུའང་། རྟོག་གི་འབར་བ་ལས།  
 བཙུམ་ལྷན་འདས་ཡོངས་སུ་སྐྱ་ངན་ལས་འདས་ནས་རིང་པོར་མ་ལོན་པར་ཉན་  
 ཐོས་ལ་སོགས་པ་རང་རང་གི་བསྟན་པ་ལ་ཡོངས་སུ་ཞེན་ཅིང་། དེའི་ཆེད་དུ་བྱེད་  
 པའི་སྟུང་པ་པོས་ཇི་ལྟར་དབང་བ་བཞིན་ཡང་དག་པར་བསྟུས་པ་ན། ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོའི་གསུང་རབ་ཀྱི་སྟོན་དུ་གྱུར་པ་སུའང་མེད་པས་གང་གིས་ཀྱང་མ་བསྟུས་ཏེ།  
 བདེ་བར་གཤེགས་པ་ལ་མདོན་པར་དགའ་བའི་གྲུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་



ཡོངས་སུ་བསྐྱུས་ནས་གྱུར་འཛིག་རྟེན་ལ་སོགས་པར་བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་ལས་  
 དེའི་སྒོ་དང་དུ་གྱུར་པ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་པ་འཕགས་པ་གྲུ་སྐྱབ་ཀྱིས་དེ་  
 དག་ནས་བསྐྱུས་ནས་མིའི་འཛིག་རྟེན་དུ་རྒྱས་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་འབྱུང་  
 རོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རྩ་བའི་བསྐྱུ་བ་དུས་ནམ་གྱི་ཆེ་བྱུང་བ་དང་། ཡུལ་གང་དུ་  
 བསྐྱུས་པ་ནི། ཁུངས་བྱབ་པའི་ལུང་གསལ་པོ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཤེས་པར་དགའ་  
 བར་སྒྲུང་རོ། །དེ་ལྟར་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བཀའ་བསྐྱུ་བའི་ཚུལ་མདོ་ཙམ་  
 བཤད་ཟིན་ཏོ། །

དེའི་འོག་དུ་བསྐྱུས་པའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གི་དགོངས་པ་ཤིང་རྟ་ཆེན་  
 པོ་རྣམས་ཀྱིས་རི་ལྟར་བཀྲལ་བའི་ཚུལ་ཅུང་ཞིག་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེའང་ཐེག་  
 པ་དམན་པའི་དགོངས་འགྲེལ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྡེ་སྒོ་དང་གྱི་དགོངས་འགྲེལ་  
 གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལའང་། བྱེ་བྲག་དུ་སྐྱབ་བ་དང་མདོ་སྡེ་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་  
 བྱེ་བྲག་དུ་སྐྱབ་པའི་ཐོག་མའི་གཞུང་ནི། ཆོས་མདོན་པ་སྡེ་བདུན་དང་། བསྟན་བཅོས་  
 བྱེ་བྲག་དུ་བཤད་པ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པའོ། །ཆོས་མདོན་པ་སྡེ་བདུན་ནི་མདོ་ཡིན་  
 ལ། འཕགས་པ་ཤུ་རིའི་བྱ་ལ་སོགས་པས་བཅོམ་ལྟན་འདས་བཞུགས་པའི་ཆེ་  
 བསྐྱུས་པར་བྱེ་བྲག་དུ་སྐྱབ་བ་རྣམས་འདོད་ཀྱང་། དེ་དག་མདོ་ཡིན་པར་མདོ་སྡེ་པ་  
 དག་མི་འདོད་པས་བསྟན་བཅོས་ཡིན་པར་མདོན་ལ། བྱེད་པ་པོའང་འཕགས་པ་  
 མ་ཡིན་པར་གསལ་ཏེ། མདོ་དང་འགལ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསྟན་བཅོས་བྱེ་  
 བྲག་བཤད་པའང་འཕགས་པ་ཉེར་སྐྱས་དང་། དབྱིག་བཤེས་ལ་སོགས་པས་བྱས་

པར་འདོད་ཀྱང་། འཕགས་པ་དག་གི་མ་གུས་པར་མཛོན་ཏེ་གནས་ལུགས་ལ་འབྲུལ་  
 པ་དུ་མ་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་ཕྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྲུབ་པའི་གཞུང་རྣམས་ཀྱང་བསྐྱ་  
 བ་གཉིས་པའི་འོག་ཏུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་མཐོང་བའི་སོ་སོའི་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་བྱས་  
 པར་སྒྲོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉིན་བཞེད་པར་མཛོན་ཏེ། མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་པར། སྟོན་  
 པ་འཛིག་ཏེན་མིག་ནི་བྱམ་གྱུར་ཅིང་། །དཔར་གྱུར་སྒྲེ་བོ་པལ་ཆེར་འདས་པ་ན། །  
 དེ་ཉིད་མ་མཐོང་རང་དགར་རྒྱ་བ་ཡི། །རྟོག་གི་ངན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱེན་འདི་  
 དཀྱུགས། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །ཕྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྲུབ་དེའང་ཡུལ་གྱི་བྱུང་པར་  
 ལས་ནི་ཉི་འོག་པ་དང་། ཁ་ཆེ་བ་གཉིས་སོ། །འདོད་པའི་བྱུང་པར་ལས་ནི་དངོས་  
 བོ་གཞན་དུ་འགྱུར་བར་སྒྲུབ་དང་། མཚན་ཉིད་གཞན་དུ་འགྱུར་བར་སྒྲུབ་དང་  
 གནས་སྐབས་གཞན་དུ་འགྱུར་བར་སྒྲུབ་དང་། གཞན་དང་གཞན་དུ་འགྱུར་བར་  
 སྒྲུབ་སྟེ་བཞིའོ། །སྒྲོབ་དཔོན་ནི་དབྱིག་གཤེས་དང་། ཆོས་སྒྲོབ་དང་། སངས་རྒྱས་  
 ལྷ་དང་། འདུས་བཟང་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སོ། །སྒྲོབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་དང་།  
 ལྷ་འོད་ཀྱང་ཕྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་དུ་མཛོན་ནོ། །གཞུང་ཡང་སྒྲོང་དཔོན་  
 དེ་དག་གིས་མཛོད་པ་ཅི་རིགས་པ་དང་། མཛོན་པ་མཛོད་ལ་སོགས་པའོ། །བསྐྱེན་  
 བཅོས་ཕྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པས་རྩེ་ཞིང་རོལ་པའི་བྱིར་ཕྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྲུབ་ཞེས་ཟེར་རོ། །  
 མདོ་སྟེ་པའི་གྲུབ་མཐའ་བྱུང་བའི་དུས་ནི་ཕྱེ་བྲག་སྒྲུབ་དང་མཚུངས་པར་མཛོན་  
 ཞིང་། མཛོན་པ་སྟེ་བདུན་དང་། ཕྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་སོགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་  
 ཞིང་། མདོ་སྟེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་རང་གི་ལུགས་རྣམ་པར་འཛིག་པའི་



ཕྱིར་མདོ་སྡེ་པ་ཞེས་ཟེར་རོ། །སློབ་དཔོན་ནི་ཀུ་མུ་ར་ཏ་དང་། ཤི་རི་ར་ཏ་དང་།  
བཙུན་པ་ར་ཏ་ལ་སོགས་པའོ། །མདོ་སྡེ་པའི་གཞུང་རང་དགའ་བ་འགྱུར་བ་མེད་  
ཅིང་། འདོད་པ་པལ་ཆེ་བ་མཛོད་ཀྱི་རང་འགྲེལ་དང་། ཆོད་མ་རྣམ་འགྲེལ་སོགས་  
ལས་འབྱུང་ངོ་། །སྤར་བཤད་པའི་སྡེ་པ་བཙུན་པོ་ཐམས་ཅད་གྲུབ་མཐའ་སྤྱོད་  
བ་གཉིས་པོ་འདིར་ངེས་སམ་ཞེན། དགོངས་འགྲེལ་གྱི་འགྲེལ་པར་ངེས་པར་བཤད་  
ཀྱང་། རྟོག་གོ་འབར་བ་ལས། གནས་མ་བྱ་བ་དང་། བཟང་པོ་ལམ་བ་དང་། ཀུན་  
གྲིས་བཀྱར་བ་བ་དང་། ཆོས་སྤྱོད་བ་དང་། སྤྱོད་པ་རྣམས་བཛོད་དུ་མེད་པའི་  
གང་ཟག་འདོད་པར་བཤད་པས་དེ་དག་གྲུབ་མཐའ་སྤྱོད་བ་གཉིས་པོར་མ་འདུས་  
པར་མདོན་ཏེ་གྲུབ་མཐའ་སྤྱོད་བ་གཉིས་ཀའང་བདག་མེད་པར་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
དེ་ལྟར་ན། སངས་རྒྱས་ཆོས་ནི་རྣམ་པ་བཞིར། །ཡིད་འདོད་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན་  
མཐོང་སྟེ། །བྱེ་བྲག་སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་ལམ། །བཤད་པས་དེ་ཉིད་སྤྱོད་པའོ། །ཞེས་  
བདེ་བར་གསེགས་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྤྱོད་བ་བཞིར་བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།  
ཉིས་པ་མེད་དེ། གང་ཞེས་བདག་དུ་སྤྱོད་བ་དེ་དག་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལས་  
ཕྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ནི་བདག་མེད་པ་སྟོན་པས་  
རབ་དུ་ཕྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ནི་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་གྲུབ་མཐའ་  
སྤྱོད་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་སྡེ་པ་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་བསྟན་པར་བསྟུས་པ་ཅི་  
ལྟར་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་བསྟན་པ་ནི་ཚུལ་བྱིམས་རྣམ་པར་དག་པ་དང་།

ལྟ་བ་རྣམ་པར་དག་པ་གཉིས་ཀྱིས་རབ་དུ་སྒྲེ་བ་ཡིན་ལ། དེའི་སྒྲིབ་སྒྲེ་བ་བཙོ་བརྒྱད་  
 བོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ལྷག་པ་ཚུ་ལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་མ་ཉམས་པའི་སྒྲིབ་ཀྱན་ཀྱང་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པར་བསྐྱས་པ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ལས་གང་དག་ལྟ་བ་རྣམ་  
 པར་དག་པ་དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་གྲུབ་མཐའ་  
 སྒྲ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། གྲུབ་པའི་མཐའ་ཐ་དད་པ་རྣམས་ནི་ལྟ་བ་ཐ་དད་པས་རབ་དུ་སྒྲེ་  
 བའི་སྒྲིབ་རོ། །དེ་ལྟར་ན། ལྷག་པ་ཚུ་ལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་རྣམ་པར་དག་པ་དང་  
 ལྷན་པ་ནི་སྒྲེ་བ་བཙོ་བརྒྱད་ཡིན་ལ། ལྷག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་ལྷན་པ་  
 ནི་གྲུབ་མཐའ་སྒྲ་བ་བཞི་ཡིན་རོ། །དེ་བས་ན་གང་ཟག་དུ་སྒྲ་བའི་སྒྲེ་བ་དེ་དག་ནི།  
 ལྷག་པ་ཚུ་ལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་མ་ཉམས་པའི་སྒྲིབ་རྣམ་གྲངས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་བསྟན་པར་བསྐྱས་ལ། ལྷག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཉམས་པའི་སྒྲིབ་ཡང་  
 དག་པར་ན་བསྟན་པ་ལས་སྒྲི་རོལ་པའང་ཡིན་རོ། །

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲེ་སྒྲོད་ཀྱི་དགོངས་འགྲེལ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། དབུ་  
 མ་པ་དང་། རྣམ་པར་རིག་པ་ཙམ་དུ་སྒྲ་བའོ། །དང་པོ་ནི། བཙོ་མ་ལྷན་འདས་མུ་ངན་  
 ལས་འདས་ནས་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་གཅིག་ལྷག་ཙམ་ལོན་པ་ན། བདུད་ཀྱི་ལས་ཀྱི་དབང་  
 གིས་སྒྲེ་བ་རྣམས་ཐ་དད་དུ་གྱེས། ལྟ་བ་མི་མཐུན་པ་ཐ་དད་པས་ཟིང་ཟིང་པོར་  
 གྱུར་ཏེ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྒྲོང་པ་ཉིད་ལ་སེམས་གཡེངས་ཏེ་དངོས་པོར་མངོན་པར་  
 ཞེན་པའི་ལྟ་བ་ཙན་དུ་གྱུར་པ་ན། ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས། སྒྲོ་གྲོས་ཆེན་པོ་  
 བྱོད་ཤེས་ཀྱིས། །ངན་མུ་ངན་འདས་འོག་དུ། །ཚུ་ལ་རྣམས་འཛིན་པར་གྱུར་པ་དེ། །



སྒྲོ་ཕྱོགས་བེ་རྟའི་ཡུལ་དུ་ནི། །དག་སྒྲོང་དཔལ་ལྷན་ཞེས་གྲགས་པ། །དེ་མིང་གྲུ་  
 ཞེས་འབོད་པ་སྟེ། །ཡོད་དང་མེད་པའི་ཕྱོགས་འཛིག་བྱེད། །ར་ཡི་བསྟན་པ་འཛིག་  
 རྟེན་ན། །སྤྱི་མེད་ཐེག་པ་གཙུག་བསྟན་ནས། །རབ་ཏུ་དགའ་བའི་ས་བསྐྱབས་ཏེ། །  
 བདེ་བ་ཅན་དུ་དེ་འགྱེའོ། །ཞེས་ལུང་བསྟན་པའི་སྒྲོས་བྱ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་གྲུ་  
 གྲུབ་སྟོན་པ་གྲུ་རན་ལས་འདས་ནས་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ན་བྱོན་ཏེ། གྲུའི་ཡུལ་ལ་སོགས་  
 པ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྟེ་དུ་མ་  
 གྲུན་བྲངས་ཏེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དགོངས་པ་རྟེན་  
 ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཟབ་མོ་དབུ་མའི་ལམ་དུ་འགྲེལ་བར་བྱེད་པའི་བསྟན་  
 བཅོས་དབུ་མ་རྩ་བའི་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པ་མཛད་ནས། སྒྲོ་འདོགས་དང་སྒྲུབ་  
 འདེབས་ཀྱི་མཐའ་ཐམས་ཅད་བསལ་ཏེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 བགྲོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ། ཐུགས་ཀྱི་སྒྲིང་པོ། མཐའ་བྲལ་དབུ་མ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་  
 འཛམ་གླིང་དུ་གསལ་བར་མཛད་དོ། ། སྒྲོ་བ་དཔོན་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་ཀྱང་ཟབ་མོ་  
 ལྷ་བའི་ཆ་འགྲེལ་པ་དང་། རྒྱ་ཆེན་སྒྲོད་པའི་ཆ་འགྲེལ་པ་གཉིས་སུ་གནས་སོ། །  
 དང་པོ་ལའང་། ཐོས་བསམ་གྱིས་སྒྲོ་འདོགས་གཙུག་པའི་བསྟན་བཅོས་དང་། སྒྲོ་མ་  
 བྱང་གིས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་མན་ངག་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལའང་། ལོག་སྒྲུ་ཆར་  
 གཙུག་པ་དང་། སྐལ་ལྷན་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་དང་། སྟོན་པ་ལ་གྲུས་པ་སྒྲེད་པའི་  
 གཞུང་གསུམ་དུ་གནས་སོ། །དང་པོ་ནི་དབུ་མ་རིགས་པའི་ཚོགས་རྣམས་ཏེ། དེ་  
 དག་གིས་རང་གཞན་གྱི་སྟེ་པ་རྟག་ཆད་དུ་སྒྲུབ་མཐའ་དག་རིགས་པས་སུན་འབྱིན་

པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ནི་རིན་པོ་ཆའི་སྤངས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དེ་དག་གིས་ནི་ག  
 དམས་པ་དང་རྗེས་སུ་བསྟན་པའི་ཚུལ་གྱིས་གཞན་ལ་ཟབ་མོ་འདོམས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གསུམ་པ་ནི་བསྟོད་པའི་ཆོགས་རྣམས་ཏེ། དེ་དག་གིས་ནི་གཙོ་ཆར་ཟབ་མོ་  
 གསུང་ཞིང་། ཐུགས་སུ་ཆུད་པའི་སྒྲིན་མ་སྟོན་པའི་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །སྟོད་པའི་ཆ་འབྲེལ་པ་ནི་མདོ་སྡེ་ཀུན་ལས་བརྟམ་པ་སྟེ། དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་བྱིམ་པ་དང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཕྱོགས་གཉིས་ཀའི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་  
 མདོ་སྡེ་དག་ལས་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བ་ལྟར་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་དབུ་མ་རིགས་  
 པའི་ཆོགས་རྣམས་ནི་བསྐྱབ་བྱ་བདེན་དངོས་འགོག་པ་དང་། སྐྱབ་བྱེད་རྟོག་གའི་  
 རིགས་པ་འགོག་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལའང་། གཞན་ལུགས་ཡོངས་གཙོད་ཏུ་  
 སྐྱབ་པ་ལ་དགག་པ་བསྟན་པ་དང་། རང་ལུགས་རྣམ་བཙད་ཅུམ་སྐྱས་པ་ལ་རྩོད་པ་  
 སྤང་བ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལའང་རང་བཞན་གྱི་སྡེ་པ་གཉིས་ཀ་ཐུན་མིང་ཏུ་དགག་  
 པ་དང་། རང་སྡེ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་དབུ་མ་རྩ་བའི་གེས་  
 རབ་པོ། །གཉིས་པ་ནི་རིགས་པ་དུག་རྩ་པའོ། །གཉིས་པ་ལའང་། སྦྱིར་རང་  
 བཞིན་མེད་པར་སྐྱས་པ་ལ་རིགས་པ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་རྩོད་པ་སྒྲིག་པ། བྱུང་  
 པར་ཏུ་འདུས་བྱས་སྟེ་འཇིག་མེད་པར་སྐྱས་པ་ལ་ལུང་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་སྟོང་  
 ཉིད་བརྟན་རྩ་བ་དང་གཉིས་སོ། །དང་པོ་གཉིས་ནི་དབུ་མའི་བསྟན་བཙུགས་ལུས་  
 ཡོངས་སུ་རྗོགས་པ་ཡིན་ཏེ། རྟོན་འབྲེལ་སྦྱི་ལས་བརྩམས་ནས་རང་བཞིན་མེད་  
 པར་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱི་མ་གཉིས་ནི་ཡན་ལག་གི་བསྟན་བཙུགས་



ཡིན་ཏེ། དབུ་མ་རྩ་བ་ལས་འབྲོས་པའི་བྱིར་རོ། །དེའང་ཅོད་པ་སྒྲིག་པ་ནི་རྒྱུན་  
 བརྟག་པའི་རབ་བྱེད་ལས་འབྲོས་པ་ཡིན་ལ། སྒྲོང་ཉིད་བདུན་རྩ་བ་ནི་འདུ་བྱེད་  
 བརྟག་པའི་རབ་བྱེད་ལས་འབྲོས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་སྐྱབ་བྱེད་རྟོག་གའི་རིགས་  
 པ་འགོགས་པ་ནི་ཞིབ་མོ་རྣམ་པར་འཐག་པ་སྟེ། དེས་ཆད་མ་དང་གཞལ་བྱ་ལ་སོགས་  
 པ་རྟོག་གའི་རིགས་པ་མ་ལུས་པ་འགོག་པའི་བྱིར་རོ། །སྒྲོམ་བྱུང་གིས་ཉམས་སུ་  
 ལེན་པའི་མན་ངག་ལའང་། བྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ཐེག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉམས་  
 སུ་ལེན་པ་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་འགྲེལ། རང་དོ་རྗེའི་ཐེག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉམས་སུ་  
 ལེན་པ་གསང་བ་འདུས་པ་རིམ་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་སོ། །དེ་ལྟར་སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་དབུ་  
 མའི་བསྟན་བཅོས་མཛད་པའི་རྗེས་སུ། འཕགས་པ་ལྟས་ཀྱང་རྣལ་འབྱོར་བསྒྲོམ་  
 པའི་རིམ་པ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་རྣལ་འབྱོར་སྦྱོད་པ་བཞི་བརྒྱ་པ་  
 ལ་སོགས་པ་མཛད་དོ། །དེ་ཡན་ཆད་དུ་འཕགས་པ་སྐྱབ་བྱི་དགོངས་པ་ལ་མི་  
 མཐུན་པ་མེད་དོ། །དེ་ནས་སྒྲོབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་བསྐྱུངས་གྱིས་དབུ་མ་རྩ་བའི་  
 འགྲེལ་པ་མཛད་དེ་འཕགས་པའི་དགོངས་པ་ཐལ་འབྱུར་དུ་བཀྲལ་ལོ། །དེའི་འོག་  
 ཏུ་སྒྲོབ་དཔོན་ལེགས་ལྟན་འབྱེད་གྱིས་སངས་རྒྱས་བསྐྱུངས་གྱི་ལུགས་སུན་དབྱུང་  
 བའི་བྱིར་དབུ་མ་རྩ་བའི་ཚིག་གི་འགྲེལ་པ་ཤེས་རབ་སྒྲོན་མ་མཛད་དེ་འཕགས་  
 པའི་དགོངས་པ་རང་རྒྱུད་དུ་བཀྲལ། རང་གཞན་གྱི་སྟེ་པ་དག་གི་ལོག་རྟོག་དགག་  
 པའི་བྱིར་དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་རྩ་བ་དབུ་མ་སྒྲིང་པོ་དང་། འགྲེལ་པ་རྟོག་གའི་  
 འབར་བ་དང་བཅས་པ་མཛད་དོ། །དེ་བྱིན་ཆད་འཕགས་པའི་དགོངས་པ་ཐལ་

རང་གཉིས་སུ་གྱེས་སོ། །དེའི་འོག་ཏུ་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་བ་གྲགས་པ་བྱོན་ཏེ། འཕགས་  
 པའི་དགོངས་པ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པའི་ལུགས་དེ་ཡིན་པར་  
 གཟིགས་ནས། དེའི་གཞུང་འཇུགས་པའི་བྱིར་དུ་དབུ་མ་རྩ་བའི་འགྲེལ་པ་ཆོག་  
 གསལ་མཛད་ནས་ལེགས་ལྡན་འབྱེད་གྱི་བྱོགས་ལ་སྒྲིམ་བཞེད་ཅིང་། སངས་རྒྱས་  
 བསྐྱེད་པའི་གཞུང་འཇུགས་པར་མཛད་དོ། །བྱད་པར་དུ་དབུ་མ་རྩ་བའི་རིགས་  
 པའི་ཁ་བསྐྱང་བའི་བྱིར་དང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྡེའི་དགོངས་པ་རྣམ་པར་རིག་པ་  
 ཅུམ་དུ་སྒྲ་བ་བསལ་ནས་དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་འགྲེལ་པར་བྱ་བའི་བྱིར། མདོ་སྡེ་ས་  
 བཙུ་བ་ལ་བཏྲེན་ནས་དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་འགྲེལ་པ་དང་བཅས་པ་འདི་མཛད་དོ། །  
 གཤམ་རང་འདི་དག་གི་འདོད་པའི་བྱད་པར་རྒྱས་པ་ནི་ཡི་གེ་ལོགས་སུ་བཀོད་པའི་  
 བྱིར་འདིར་མ་བྲིས་སོ། །དེ་ལྟར་འཕགས་པ་རྒྱ་སྒྲ་བ་གྱིས་བདེ་བར་གསལ་གསལ་པའི་  
 བསྟན་པ་ལ་སྒྲི་བསྐྱར་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏེ་མཐའ་བྲལ་དབུ་མའི་ལམ་གསལ་  
 བར་མཛད་པའི་འོག་ཏུ། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱོན་ཏེ། ཡང་དག་  
 པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་བསྐྱབས་པས་འཕགས་པ་མ་ལམ་པས་རྗེས་སུ་བབྱུང་ནས་  
 དགའ་ལྡན་དུ་བྱོན་ཏེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་གྱི་རྣམ་གྲངས་མང་དུ་གསན་ཅིང་།  
 རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་ཚབ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་འགྲེལ་བུམས་པའི་ཆོས་ལྟ་དག་  
 གྲང་ཞུས་ཏེ། སྤར་ཡང་འཛམ་གླིང་དུ་བྱོན་ནས། རང་ནི་ད་གྱིས་གྲང་རྒྱས་པའི་  
 བསྟན་བཅོས་ས་སྡེ་ལྟ་དང་། བསྟན་པའི་བསྟན་བཅོས་སྡེ་རྣམ་གཉིས་ལ་ལོགས་  
 ལ་རྣམ་པར་རིག་པ་ཅུམ་གྱི་རྒྱལ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་མང་དུ་



མཛད་ཅིང་། གཞན་དག་ལ་ཡང་རྒྱ་ཆེར་ཡང་དག་པར་བསྟན་པས་རྣམ་པར་རིག་  
 པ་ཙམ་དུ་སྒྲུབ་པའི་གྲུབ་མཐའ་བྱུང་བར་གྱུར་དོ། །དེའི་འོག་ཏུ་གནས་བརྟན་དབྱིག་  
 གཉིན་དང་། ཆོས་སྦྱོང་དང་། ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོ་ལ་སོགས་པས་དེའི་གཞུང་བཟུང་  
 སྟེ་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པར་མཛད་དོ། །དེ་ལྟར་འཕགས་པ་སྒྲུབ་བྱུང་དང་། འཕགས་པ་  
 ཐོགས་མེད་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བསྟན་པ་ལ་ཆད་མར་གྱུར་པའི་དགོངས་པ་  
 འགྲེལ་བྱེད་ཡིན་པས། འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་འང་། སློབ་དཔོན་འདི་གཉིས་གང་  
 རུང་གི་གཞུང་ལ་མི་བརྟན་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སློབ་དཔོན་སུ་འང་མ་བྱུང་འོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་བདག་ལེགས་སུ་འདོད་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་ལ་འཇུག་པར་འདོད་  
 པ་དག་གྱུར་། སློབ་དཔོན་འདི་དག་གི་གཞུང་ལ་འདྲིས་ཤིང་དགོངས་པ་དབྱིས་  
 ཕྱིན་པར་བྱས་ནས། གདོད་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྟེ་དག་གི་དགོངས་པ་འགྲེལ་བ་ལ་  
 འཇུག་ན་ལེགས་པར་འགྱུར་གྱི། གཞན་དུ་ན་ཉམ་ངའི་ལམ་དུ་ལོང་བ་གྲུ་ཆོམ་དུ་  
 གོམ་པ་འདོར་བ་ལྟར། གདོན་མི་བླ་བར་གཡང་ས་ཆེན་པོར་ལྷུང་བར་འགྱུར་འོ། །  
 ཡང་རྒྱའི་མཁན་པོའི་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་འགྲེལ་པར་ཡང་། སྟེ་སྦོད་གསུམ་པ་དག་  
 གི་བཤད་པ་ལས་བྱུང་བ། ཆོས་ཀྱི་ལམ་ལོ་གསུམ་པོ་དེ་འང་སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་  
 ལས་འདས་ནས་ལོ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ལོན་པ་ན། སྟེ་པ་ཉི་ཤུའི་སློབ་དཔོན་རྣམས་སོ་  
 སོ་ནས་རང་གི་རིགས་པས་ཆོས་ཀྱི་ལམ་ལོ་དང་པོའི་རྣམ་པར་བཤད་པ་བྱས་སོ། །

དེ་ནས་སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་ལས་འདས་ནས་ལོ་ཉིས་བརྒྱ་ལོན་པའི་འོག་  
 ཏུ་བྱུང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྒྲུབ་ཀྱིས་མདོ་སྟེ་ཐེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ལ་

བརྟེན་ནས་བསྟན་བཅོས་རྣམས་མཛད་དེ། འདི་ལྟ་སྟེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་  
 བྱིན་པའི་འགྲེལ་པ་དང་དབུ་མ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་དག་ལས་རྣམ་པར་བརྟགས་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྤངས་པས་མཚན་ཉིད་མེད་པའི་ཚུལ་རབ་ཏུ་བསྟན་ཏོ། །དེ་ནས་  
 འཕགས་པ་ལྟ་ལ་སོགས་པས་གཞུང་དེ་ཡང་དག་པར་བྲུངས་ཏེ། གཅིག་ནས་གཅིག་  
 ཏུ་བརྒྱད་ཅིང་སྟེལ་ཏོ། །སངས་རྒྱས་ལྟ་ངན་ལས་འདས་ནས་ལོ་དགུ་བརྒྱ་ལོན་པ་ན།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱམས་པས་མདོ་སྡེ་དགོངས་པ་ཟབ་མོ་ངེས་པར་འགྲེལ་  
 པ་ལ་སོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བསྟན་བཅོས་མཛད་དེ། འདི་ལྟ་སྟེ། རྣལ་འབྱོར་  
 སྟོན་པའི་ས་དང་། དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །སྟོབ་  
 དཔོན་ཐོགས་མེད་དང་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་གཞུང་དེ་ཡང་དག་པར་བྲུངས་ནས་  
 རབ་ཏུ་སྟེལ་ཏོ། །དེའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རོ་གཅིག་པས་སྟོང་པ་དང་ཡོད་པར་  
 སྟེ་བ་དེ་དག་ལ་རྩོད་པར་གྱུར་པ་མེད་དོ། །ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །དེ་དག་ནི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་དགོངས་འགྲེལ་རྣམས་དུས་ཅི་ཙམ་དང་རྣམ་པ་དུ་ཞིག་བྱུང་  
 བའི་ཚུལ་མདོ་ཙམ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །

ད་ནི་འདི་དབྱུད་པར་བྱ་སྟེ། ཅི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་  
 དགོངས་པ་ལ་གྲུབ་མཐའ་བཞིར་གནས་སམ་འོན་ཏེ་མ་ཡིན་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་གྲུབ་མཐའ་སྟེ་བ་བཞི་པོ་དག་གི་གཞུང་རྣམས་ནི་ཕན་ཚུན་འགལ་བར་  
 གནས་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན། དེ་དག་ཕན་ཚུན་ཇི་ལྟར་རྩོད་པར་འགྱུར། དེའི་  
 བྱིར་གལ་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་ཀྱི་དགོངས་པ་གྲུབ་མཐའ་བཞིར་གནས་



ན་གསུང་རབ་རྣམས་དགོངས་པ་མི་འགལ་བར་ཅི་ལྟར་མི་འགྱུར། གསུང་རབ་  
 རང་འགལ་བའི་སྒྲ་བ་པོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རིག་བྱེད་ལ་སོགས་  
 བའི་བྱེད་པ་པོ་བཞིན། གཞན་ཡང་གྲུབ་མཐའ་སྒྲ་བ་བཞི་པོ་དག་ཀྱང་རང་རང་གི་  
 གྲུབ་པའི་མཐའ་ཁོ་ན་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་གསུང་རབ་དགོངས་པར་འདོད་ཀྱི།  
 གཞན་གྱི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ནི་གསུང་རབ་ཀྱི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་པར་བསམས་  
 ནས། ལུང་དང་རིགས་པས་དགག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། གྲུབ་མཐའ་སྒྲ་བ་  
 གཞན་གྱིས་རང་གི་གྲུབ་མཐའི་ཤེས་བྱེད་དུ་བྱངས་པའི་ལུང་དག་གི་དགོངས་  
 པའང་གཞན་དུ་འཆད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཅི་སྟེ་གྲུབ་པའི་མཐའ་གཞན་རྣམས་  
 ཀྱང་གསུང་རབ་ཀྱི་དགོངས་པར་འདོད་ན་ནི། དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་གསུང་  
 རབ་བཀག་པར་འགྱུར་བས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་སྒྲ་བར་མི་འགྱུར་རོ། ཅི་  
 སྟེ་གྲུབ་མཐའ་བཞི་ལ་བྱང་དོན་དང་ངེས་དོན་གྱི་བྱེད་པར་ཡོད་ཀྱི། གསུང་རབ་ཀྱི་  
 དགོངས་པ་ཡིན་མ་ཡིན་གྱི་བྱེད་པར་མེད་པས། གྲུབ་མཐའ་སྒྲ་བ་བཞི་པོའང་རང་  
 གང་ཁས་ལེན་པའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་དེ་ཉིད་ངེས་དོན་དུ་བསམས་ནས་གཞན་གྱི་  
 འདོད་པ་རྣམས་བྱང་དོན་དུ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། གསུང་རབ་ཀྱི་དགོངས་པ་  
 ཡིན་པར་འགོག་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གྲུབ་པའི་མཐའ་གཞན་རྣམས་བྱང་དོན་གྱི་  
 སྒྲ་ཇི་བཞིན་པའི་དོན་དུ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་ན་ནི། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གྲུབ་པའི་མཐའ་དེ་  
 ནི་བྱང་དོན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའང་དགག་པ་ཡིན་ཏེ་བྱང་དོན་གྱི་མདོ་སྟེ་དག་  
 ལ་སྒྲ་ཇི་བཞིན་པར་མདོན་པར་ཞེ་ན་དུ་མི་རུང་བར་གྲུབ་མཐའ་སྒྲ་བ་ཐམས་ཅད་

འདོད་པའི་བྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་གྲུབ་མཐའ་གཞན་དང་དོན་གྱི་མདོའི་དགོངས་པའི་དོན་  
 ཡིན་པར་གྲུབ་པོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་དང་དོན་གྱི་མདོ་སྟེ་དང་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་སྟེ་རྣམས་  
 དགོངས་པའི་དོན་འགལ་བའམ། འོན་ཏེ་མི་འགལ། དང་པོ་ལྟར་ན། བཀའ་ལ་  
 རང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་ཇི་ལྟར་སྟོང་། བྱོགས་གཉིས་པ་ལྟར་ན། རང་གི་ལུགས་  
 རི་ངེས་དོན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པས་འཐད་ལ། གཞན་གྱི་ལུགས་རི་དང་དོན་གྱི་  
 དགོངས་པ་ཡིན་པས་མི་འཐད་དོ་ཞེས་སུན་འབྱེན་པ་ཅི་ལྟར་རིགས། དེ་ལྟར་གྲུབ་  
 མཐའ་སྟོབ་བཞི་པོ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་སྟོབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། འགའ་ཞིག་  
 གསུང་རབ་ཀྱི་དགོངས་པ་ལས་བྱི་རོལ་ཏུ་གྱུར་པའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན། ཉེས་པ་མེད་དེ།  
 དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་གསུང་རབ་རི་བདག་མེད་པ་སྟོན་པས་བྱི་རོལ་པའི་བསྟན་  
 པ་ལས་བྱུང་ཞུགས་པ་ཡིན་ལ། གྲུབ་མཐའ་སྟོབ་བཞི་པོ་རྣམས་ཀྱང་བདག་མེད་  
 པ་ཁས་ལེན་པའི་བྱིར་རོ། །འོ་ན་རྒྱད་ལས། དེ་ལ་བྱེ་བྲག་སྟོབ་བསྟན། །མདོ་སྟེ་  
 པ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །རྣལ་འབྱོར་སྟོང་པ་དེ་ལས་བྱིས། །དེ་ཡི་རྗེས་སུ་དབུ་མ་  
 བསྟན། །ཅིས་གསུངས་པ་ཇི་ལྟར་དང་ཞེ་ན། དེས་རི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གདུལ་བྱ་  
 ལ་གྲུབ་མཐའ་བཞི་བསྟན་པར་སྟོན་པའི་ལུང་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་མ་འོངས་པ་  
 ར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་གྲུབ་མཐའ་བཞི་འོང་བར་གཟིགས་  
 རས། དེའི་ཆོ་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་སྟོབ་མ་སྟོ་གྲོས་དམན་པ་དག་ཚུལ་དེས་བསྟན་པ་  
 ལ་རིམ་གྱིས་དྲང་བར་བྱའོ་ཞེས་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་གྲུབ་མཐའ་བཞི་པོ་  
 སོ་སོའི་ལུགས་ལ་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་བྱེད་དེ། དེ་བཞིན་གསེགས་པས་



ཐེག་པ་གསུམ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་ཁས་ལེན་པ་ལས་གཞན་པའི་གྲུབ་པའི་  
མཐའ་རྣམས་ནི་དེ་དང་དེ་ཁས་ལེན་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོ་བཏགས་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི།  
དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་པར་འཇོག་གོ། །དེའི་ཕྱིར་གྲུབ་མཐའ་  
བཞི་པོ་བཀའི་དགོངས་པ་ལ་གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་གྲུབ་མཐའ་སྒྲུབ་བཞི་  
པོ་སྤྱི་འདུགས་མ་ཡིན་ལ། རིགས་པ་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་གྲོལ་ཏུ་མི་རིགས་  
སོ། །

འོ་ན་གྲུབ་མཐའ་བཞི་ལས་གང་ཞིག་བདེ་བར་གསེགས་པའི་དགོངས་  
པ་ཡིན་ཞེ་ན། འཕགས་པ་སྤྱ་སྒྲུབ་ཀྱི་ལུགས་འབའ་ཞིག་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་  
བཀའི་དགོངས་པ་འབྲུལ་བ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་གསེགས་པས་ཆོས་གང་རྗེ་  
སྟེད་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་ནི་བདེན་པ་གཉིས་ལས་བརྩམས་ཏེ་གསུངས་པ་ཡིན་ལ།  
འཕགས་པ་སྤྱ་སྒྲུབ་ཀྱི་ལུགས་ལས་གཞན་ལ་བདེན་པ་གཉིས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
པར་རྣམ་པར་བཞག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ཉིད་དུ། འཕགས་པ་སྤྱ་  
སྒྲུབ་ཞབས་ཀྱི་ལམ་ལས་ནི། ཕྱི་རོལ་གྱུར་ལ་ཞི་བའི་ཐབས་མེད་དོ། །དེ་དག་  
ཀྱན་རྫོབ་དེ་ཉིད་བདེན་ལས་ཉམས། །བདེན་གཉིས་ཉམས་ལ་ཐར་པ་འགྲུབ་ཡོད་  
མིན། །ཅེས་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྲུབ་དག་གི་འདོད་  
པའི་དུས་གསུམ་རྫས་སྤྱ་གྲུབ་པ་དང་། འདུས་མ་བྱས་དང་མི་ལྡན་པའི་འདུ་བྱེད་  
རྫས་སྤྱ་གྲུབ་པ་དང་། མདོ་སྡེ་པའི་འདོད་པ་ཤེས་པ་རྣམ་ལྡན་དང་། དེའི་རྒྱ་དོན་  
ལྷོག་ན་མོ་དང་། སྡེ་པ་གཉིས་ཀའི་ཐུན་མོང་གི་འདོད་པ་རྩལ་ཕྱན་ཆ་མེད་བདེན་

པ་དང་། རྣམ་རིག་པའི་འདོད་པ་རྣམ་ཤེས་བདེན་པ་རྣམས་གལ་ཏེ་གསུང་རབ་གྱི་  
 དགོངས་པ་ཡིན་ན། དེ་དག་ལ་རིགས་པས་གཞོད་པའི་ཕྱིར་སྒྲུབ་པ་པོ་ཐམས་ཅད་  
 མཆིན་པར་མི་འགྱུར་ལ། གལ་ཏེ་དེ་དག་བཀའི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་ན། རྣམ་རིག་  
 པ་མན་ཆད་གྱི་གྲུབ་མཐའ་རྣམས་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་དགོངས་པར་ཇི་ལྟར་  
 འགྱུར། ཅི་སྟེ་འདི་དག་ཀྱང་ངེས་དོན་གྱི་མདོའི་དོན་མ་ཡིན་ཡང་། གྲང་དོན་གྱི་  
 མདོའི་དོན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། གྲང་དོན་གྱི་མདོ་སྟེ་དག་གི་དོན་ནི་ཀུན་  
 རྒྱུ་བདེན་པ་ཡིན་ལ། རྣམ་རིག་པ་མན་ཆད་གྱི་འདོད་པ་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
 པ་དེ་དག་ནི་ཀུན་རྒྱུ་བདེན་པར་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་གྲང་  
 དོན་དང་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་སྟེ་དག་ནི་གདུལ་བྱ་ཉི་བའི་བསམ་པ་ལ་ལྟོས་ནས་ཉོག་  
 དཔྱེད་ཐ་དད་པས་བསྟན་པ་ཅུ་མ་མ་གཏོགས། དགོངས་པའི་དོན་འགལ་བ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་གསུང་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་འབབ་ཅིང་  
 གཞེལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་གྲུབ་མཐའ་ཐ་དད་ནང་འགལ་བ་རྣམས་གྲང་དོན་  
 དང་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་སྟེ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི། རྣམ་པར་  
 མ་བརྟགས་པར་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་གསུང་རབ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་དགོངས་པ་ནི་མཐའ་བྲལ་དབུ་མའི་ལམ་གཅིག་ཕུ་འདི་ཉིད་དུ་གནས་སོ། །  
 དེ་དག་ནི་རེ་ཞིག་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཡིན་ནོ། །

འདིའི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ནི་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚུལ་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་  
 ནོ། །དེ་ལ་ཟབ་པ་ནི་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་གཉིས་ཀྱི་རང་བཞིན་



སྟོང་པ་ཉིད་དང་། རྒྱ་ཆེ་བ་ནི། བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་ཀྱན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་  
 རང་བཞིན་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་། སྟོར་བ་རྒྱ་ཆེ་བ་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་བཅུ་དང་། འབྲས་བུ་རྒྱ་ཆེ་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲུ་  
 གསུམ་ཡོན་ཏན་སྤྱིར་ལས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་  
 བའི་ཚུལ་རྣམ་པ་གཉིས་གཞུང་འདིར་གཏན་ལ་འབེབས་པར་བྱེད་དོ། །དགོས་  
 པའང་གཉིས་ཏེ། གནས་སྐབས་ཀྱི་དགོས་པ་དང་། མཐར་ཐུག་གི་དགོས་པ་  
 གཉིས་སོ། །གནས་སྐབས་ཀྱི་དགོས་པའང་གཉིས་ཏེ། བརྗོད་བྱ་རྟོགས་པའི་  
 དགོས་པ་དང་། གཞུང་ལ་འཇུག་པའི་དགོས་པའོ། །དང་པོ་ནི། འདི་ལས་རི་སྐད་  
 བཤད་པའི་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚུལ་རྣམ་པ་གཉིས་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་པའོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། འདིར་གྲུ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞུང་བཅུགས་གིང་། དེ་ལས་གཞན་  
 ཏུ་སྒྲུབ་དག་རིགས་པས་སུན་ཕྱུང་བ་ན། གྲུ་སྒྲུབ་ཀྱི་ལུགས་འབའ་ཞིག་མཆོག་ཏུ་  
 རྟོགས་ཏེ། དེའི་གཞུང་དབུ་མ་སོགས་ལ་གྲུས་པས་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་སྟེ་འགྲེལ་  
 པར། དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་ལ་འཇུག་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ཚུམ་  
 པར་འདོད་པས། ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །མཐར་ཐུག་གི་དགོས་པ་ནི། གནས་  
 སྐབས་ཀྱི་དགོས་པ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས་ཏེ། ཟབ་  
 པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚུལ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཐུགས་སུ་ཆུད་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
 པའི་གོ་འཕང་བརྟེས་པའོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་བརྗོད་བྱ་དང་དགོས་པ་བྱུང་པར་ཅན་དང་ལྡན་པའི་བསྟན་

བཙུག་དབུ་མ་ལ་འདུག་པ་འདིའི་བསྐྱེད་པའི་དོན་གསུམ་གྱིས་རིག་པར་བྱ་སྟེ།  
 འདི་ལྟར། རྩོམ་པའི་བྱ་བ་ལ་འདུག་པའི་ཡན་ལག་འདུག་བྱ་བསྐྱེད་བཙུག་གི་  
 རང་བཞིན། བྱ་བ་མཐར་ཐུན་པའི་ཡན་ལག་གོ། དང་པོ་རྩོམ་པའི་བྱ་བ་ལ་འདུག་  
 པའི་ཡན་ལག་ལའང་། དག་ལེགས་ཆེན་པོ་ཀུན་གྱི་རྩ་བ་བཙུག་ལྟར་འདས་སྒྲིང་  
 རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་བསྟོད་པར་འོས་པའི་རྒྱ་བསྐྱེད་པ་དང་། དེའི་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་  
 སྒྲོན་མ་དེ་ལ་བསྟོད་པ་བསྐྱེད་པ་གཉིས་སོ། དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། ཉན་  
 ཐོས་སངས་རྒྱས་འབྲིང་རྣམས་བྱབ་དབང་སྟེས། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ལས་ལབྱངས་གིང་། །སྒྲིང་རྗེའི་སེམས་དང་གཉིས་སུ་མེད་སྟོང་དང་། །བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་ནི་རྒྱས་སྤྲས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ། །ཞེས་སོགས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་  
 སྟེས་སོ། །ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དང་པོ་འདིས་ནི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་གང་ཟག་བཞིའི་  
 རང་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གཙོ་བོར་བསྐྱེད་ལ། དེའི་རྒྱུའང་སྒྲིང་རྗེ་ལ་སོགས་  
 པ་ཆོས་གསུམ་ཡིན་པར་བསྐྱེད་ཏོ། །དེ་ལ་ཉན་ཐོས་དང་། སངས་རྒྱས་འབྲིང་དུ་  
 གྱུར་པ་རང་སངས་རྒྱས་ནི་བྱབ་པའི་དབང་པོ་ཡང་དག་པ་རྗོགས་པའི་སངས་  
 རྒྱས་ལས་སྟེས་པ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པ་ན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
 བར་འབྱུང་བ་ཐུན་ཅི་མ་ལོག་པར་གསུངས་པར་འགྱུར་ལ། གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་  
 དེ་ཉན་པ་དང་། སེམས་པ་དང་། བསྒྲུམས་པ་ལས་རང་རང་གི་ལྷག་པར་མོས་  
 པའི་སྐལ་བ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་གསུམ་ཡོངས་སུ་  
 རྗོགས་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །ཉན་ཐོས་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ལས་



སྒྲེས་པར་རིགས་ན། རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་གཞན་གྱི་བསྟན་པ་ལ་མི་ལྟོས་  
པར་རང་གིས་བྱང་ཆུབ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནམ། རི་ལྟར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
གསུང་ལས་སྒྲེས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཉེས་པ་མེད་དེ། ཁ་ཅིག་གིས། དེ་བཞིན་གསེགས་  
པ་ལ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཐོས་ཏེ། རོན་དམ་པ་རྟོགས་པ་ལ་མཁས་སུ་  
ཟིན་ཀྱང་། མཐོང་བའི་སྒྲེ་བ་ཁོ་ན་ལ་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་གྱི།  
འོན་ཀྱང་སྤྱིང་བར་ངེས་པའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་བཞིན་དུ་ཆེ་རབས་གཞན་  
དུ་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་གཤོན་མི་བྱ་བར་ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། དེའང་གལ་ཏེ་  
སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་དང་མ་ཕྱད་ན་རང་རྒྱལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །རི་སྐད་  
དུ་བཞི་བརྒྱ་པར། དེ་ཉིད་གེས་པས་གལ་ཏེ་འདིར། ཟུང་ན་འདས་པ་མ་ཐོབ་  
ཀྱང་། །སྒྲེ་བ་གཞན་དུ་འབད་མེད་པར། །ངེས་པར་ཐོབ་འགྱུར་ལས་བཞིན་ནོ། །  
ཞེས་བཤད་ཅིང་། དབུ་མ་ལས་ཀྱང་། རྟོགས་སངས་རྒྱས་རྣམས་མ་བྱུང་ཞིང་། །  
ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱང་བྱད་པ་ན། །རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་གེས་ནི། །རྟེན་པ་མེད་ལ་  
རབ་དུ་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་  
སྤྱིད་པ་ཐ་མའི་ཆེ་གཞན་གྱིས་བསྟན་པ་ལ་ཉེ་བར་མི་ལྟོས་པ་ཡིན་གྱི་རྣམ་པ་ཐམས་  
ཅད་དུ་མི་ལྟོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཉན་ཐོས་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། ཡང་དག་པའི་  
གདམས་ངག་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་གཞན་ལ་སྒྲོགས་པ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་ལྟར་  
བྱ་བ་བྱས་སོ། །འདི་ལས་སྤྱིད་པ་གཞན་མི་གེས་སོ་ཞེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་སོ། །ཡང་  
ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དེ་བཞིན་གསེགས་རྣམས་ལས་ཐོས་ནས་དེ་དོན་དུ་གཉེར་

བ་རྣམས་ལ་སྒྲིགས་པའི་ཕྱིར་ཉན་ཐོས་ཏེ་དམ་པའི་ཚོས་པར་དཀར་པོ་ལས། མགོན་  
 པོ་དེ་རིང་བདག་ཅག་ཉན་ཐོས་གྱུར། །བྱང་ཆུབ་དམ་པ་ཡང་དག་བསྐྱེད་པར་  
 བཅུ། །བྱང་ཆུབ་དམ་པའི་སྒྲི་ཡང་རབ་ཏུ་བཟོད། །དེ་བས་བདག་ཅག་ཉན་ཐོས་  
 མི་ཟད་འདྲ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལའང་  
 ཐལ་བར་མི་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན། མི་འགྱུར་ཏེ་སྒྲིགས་པར་བྱེད་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི།  
 རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཙམ་ཡང་མི་སྒྲུབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཉན་ཐོས་ཞེས་བྱའི། བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་རང་སངས་  
 རྒྱས་རྣམས་ལ་སངས་རྒྱས་འབྲིང་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། སངས་རྒྱས་ཞེས་པའི་སྒྲི་འདི་ནི་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་པས་ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་དང་།  
 ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གསུམ་ཅར་ལའང་འཇུག་ལ། དེས་ན་རང་  
 སངས་རྒྱས་ལའང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲིས་བསྟན་ལ། དེ་ཉིད་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་བྱུང་པར་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བས་ཉན་ཐོས་རྣམས་ལས་བྱུང་པར་དུ་  
 འཕགས་པའི་ཕྱིར་དང་། བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་དང་བྱུགས་རྗེ་ཆེན་  
 པོ་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་པས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་  
 པའི་སངས་རྒྱས་ལས་དམན་པའི་ཕྱིར་འབྲིང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་དག་ནི་སྤྱིད་པ་  
 ཐ་མའི་ཆེ་གཞན་གྱིས་ཉེ་བར་བསྟན་པ་ལ་མི་ལྟོས་པར་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་མངོན་  
 དུ་བྱེད་ཅིང་། བདག་ཉིད་གཅིག་པུའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་པས་ན་རང་སངས་རྒྱས་སོ། །  
 ཅིའི་ཕྱིར་བཙུམ་ལྟན་འདས་ལ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། གོང་ན་མེད་པའི་



ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་ལུན་སུམ་ཆོག་པའི་ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་དང་།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་ལུན་སུམ་ཆོག་པ་  
 མངའ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའང་དེའི་བཀའ་མངའ་བསྐྱར་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ཉིད་གང་ལས་བལྟམས་ཞེ་ན། ཡང་དག་པར་  
 རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལས་འབྱུངས་སོ། །གལ་  
 ཉི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་གསེགས་པས་ཉི་བར་བསྟན་པ་  
 ལས་སྐྱེས་པར་གྱུར་པར་རྒྱལ་བའི་གྲས་ཞེས་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་ནམ། རི་ལྷར་ན་  
 སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལས་འབྱུངས་  
 ཞེ་ན། བདེན་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་རིགས་པ་དང་ལུང་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱུར་བསྟན་ཏོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་རིགས་པ་ནི། བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་རྒྱ་གཉིས་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
 རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་མཐར་ཐུག་པའི་རྒྱུ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་གཉིས་  
 པོ་གང་ཞེ་ན། གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱུང་བར་དང་། ཡང་དག་པར་འཛིན་དུ་འཇུག་པ་  
 ལས་སོ། །དང་པོ་ནི། དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་གནས་སྐབས་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རྒྱ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར། ས་བཙུ་རྒྱན་གྱི་ཐ་  
 མའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་དོ་རྗེ་ལྷ་བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་བསྐྱེད་དེ། སྐད་ཅིག་མ་  
 གཉིས་པ་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ། མངོན་པར་རྗོགས་པར་བྱང་  
 ཆུབ་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་དེ་བཞིན་གསེགས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་རྣམས་སྒྲིམ་སོ་སོ་སྒྲིམ་བོར་གྱུར་པ་ན།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡང་དག་  
 པར་ལེན་དུ་འདུག་པའི་ཕྱིར་དེ། ཇི་ལྟར་འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔར་གྱུར་པས་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ཤུག་བྱུང་པ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་དེ་  
 བཞིན་གསེགས་པ་རྣམས་ཐོག་མར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡང་དག་པར་འཇིན་དུ་  
 བརྟུག་པར་འདོད་པ་བཞིན་ནོ། །ལུང་ཡང་ཡོད་དེ། ཇི་སྐད་དུ། འཕགས་པ་དགོན་  
 མཆོག་བརྟེན་པའི་མདོ་ལས། འོད་སྤངས་འདི་ལྟ་སྟེ་དབེར་ན། ཟླ་བ་ཆེས་པ་  
 ལ་ཕྱག་འཆལ་བ་ལྟར་ཉ་བ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འོད་སྤངས་དེ་བཞིན་དུ་གང་དག་  
 ང་ལ་རབ་དུ་དད་པ་དེ་དག་གིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ཕྱག་བྱའི། དེ་བཞིན་  
 དུ་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་རྣམས་ལ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལས་ནི་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་རྣམས་འབྱུང་ངོ་། །དེ་བཞིན་  
 གསེགས་པ་རྣམས་ལས་ནི་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་ངོ་  
 ཞེས་གང་གསུངས་པ་ལྟར་ངོ་། །ཅིའི་ཕྱིར་མདོ་འདིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་  
 བསྐྱུགས་པར་མཛད་ཅེ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་  
 གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་ཆེས་བརྒྱུད་བ་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་རྒྱ་ལ་  
 མཚོད་པར་བརྗོད་པས་ཀྱང་འབྲས་བུ་ལ་མཚོད་པར་དོན་གྱིས་འཕངས་པར་དགོངས་  
 ཏེ། ཇི་ལྟར་སྤྲོད་ཀྱི་ལྟོན་གིང་ཆེན་པོ་འབྲས་བུ་དཔག་དུ་མེད་པ་སྟེར་བའི་ལྷ་གུ་ནི་  
 བསྒྲིམས་ཏེ་བསྐྱུང་བར་བྱ་བ་ལྟར། དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་སྤྲོད་ཀྱི་ལྟོན་པ་ཆེན་



པོ་འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱ་གྲ་ཡང་བསྐྱེམས་ཏེ་བསྐྱུང་བར་  
བྱ་བ་ཉིད་དུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དང་། དུས་དེར་ཉེ་བར་གྱུར་པའི་གདུལ་བྱ་ཐེག་པ་  
གསུམ་ལ་གནས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ངེས་པར་སྐྱུར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་བསྐྱེལ་པ་མཛད་པ་ཡིན་ལོ། །ཡང་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་དེ་དག་ཅིའི་རྒྱ་ཕན་ཞིག་ཡིན་ཞེས། འཆད་པར་འགྱུར་བའི་དམིགས་  
པ་དང་རྣམ་པའི་མཆོན་ཉིད་ཕན་གྱི་སྤྱིང་རྗེའི་སེམས་དང་། དངོས་པོ་དང་དངོས་  
པོ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་སློ་  
དང་། གཞན་གྱི་དོན་དུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་དུ་བྱ་བར་  
འདོད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཕན་གྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྣམས་ནི་རྒྱལ་བའི་སྤྱུ་པོ་  
རྣམས་ཀྱི་རྒྱུའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་གསུམ་པོ་འདི་ཙམ་ཞིག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
རྣམས་ཀྱི་རྒྱར་བརྗོད་ཅེས། གང་ཞིག་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་མ་  
ཚང་བ་མེད་པ་དང་། ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཞེས་བྱ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་ལ་སློབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པོ་འདི་  
དག་ཀྱང་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཚང་བ་མེད་པ་དང་། ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་  
ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། རྣམ་སྤྱང་མངོན་བྱང་གི་རྒྱུད་ལས། གསང་བའི་བདག་པོ་རྣམ་  
པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ།  
སྤྱིང་རྗེའི་རྩ་བ་ཕན་ཐབས་ཀྱིས་མཐར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་འབྱུང་ཞིང་། རིན་པོ་  
ཆའི་ཕྱིང་བ་ལས་ཀྱང་། དེ་ཡི་རྩ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས། །རི་དབང་རྒྱལ་པོ་ལྟར་

བརྟན་དང་། །སྤྱོད་པ་མཐས་གཏུགས་པའི་སྒྲིང་རྩེ་དང་། །གཉིས་ལ་མི་བརྟེན་ཡེ་  
 ཤེས་ལགས། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་གསུམ་པོ་འདི་ཙམ་ཞིག་  
 བྱང་ཁྱབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱར་བརྩོད་དོ། །གལ་ཏེ་གསུམ་ཆར་ཡང་བྱང་  
 ཁྱབ་སེམས་དཔའི་རྒྱ་ཡིན་ན་ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཁོ་ན་ལ་བསྟོད་ཅེ་ན། བྱང་  
 ཁྱབ་ཀྱི་སེམས་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་རྩ་བའང་སྒྲིང་རྩེ་ཉིད་  
 ཡིན་པས། དེའི་ཕྱིར་སྒྲིང་རྩེ་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའང་འདི་ལྟར། གང་  
 ཕྱིར་བརྟེན་ཉིད་རྒྱལ་བའི་ལོ་ཐོག་འདིའི། །ས་བོན་དང་ནི་རྩ་དང་ཡུན་རིང་དུ། །ལོངས་  
 སྟོད་གནས་ལ་སྒྲིན་པ་ལྟ་བུར་པ། །དེ་ཕྱིར་ཐོག་མར་སྒྲིང་རྩེར་བསྟོད་པར་བགྱི། །  
 རི་ལྟར་ཕྱི་རོལ་གྱི་འབྲུ་དང་ཤིང་ཐོག་ལ་སོགས་པ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པར་བྱེད་པ་  
 ལ་ས་བོན་དང་། རྩ་དང་། སྒྲིན་པ་རྣམས་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ལྷུ་གུ་མ་སྒྲེས་པ་སྒྲེད་  
 པར་བྱེད་པ་དང་། སྒྲེས་ཟེན་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་དང་། ས་བོན་  
 གྱི་ཆོགས་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱད་པ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 ཐོག་མ་དང་། བར་དང་། ཐ་མ་གསུམ་དུ་གཙོ་བོར་གྱུར་པས་ཉེ་བར་མཁོ་བ་དེ་  
 བཞིན་དུ། གང་གི་ཕྱིར་བརྟེན་བ་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཉིད་རྒྱལ་བའི་ལོ་ཐོག་ལུན་སུམ་  
 ཆོགས་པ་འདིའི་ཐོག་མར་བྱང་ཁྱབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ལྷུ་གུ་མ་སྒྲེས་པ་སྒྲེད་པར་བྱེད་  
 པས་ས་བོན་དང་། བར་དུ་སྒྲེས་ཟེན་གྱི་ཆོགས་གཉིས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་  
 བྱེད་པས་རྩ་དང་། ཐ་མར་ཡུན་རིང་པོར་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ལོངས་སྟོད་ཉེ་བར་གནས་  
 པར་བྱེད་པས་སྒྲིན་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་ཕྱིར། ཟླ་བ་བྲགས་པ་བདག་གིས་བསྟན་



བཅོས་ཚུལ་པའི་ཐོག་མར་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཉིད་ལ་བསྟོད་པར་བགྱིའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་  
 སྟོང་རྗེ་ཉིད་ས་བོན་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་ལྷ་གྲུ་མ་སྟེས་པ་སྟེད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་ལྟར་  
 སྟོང་རྗེ་ཅན་ནི་གཞན་གྱི་སྟུག་བསྐྱེལ་གྱིས་སྟུག་བསྐྱེལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་  
 སྟུག་བསྐྱེལ་བར་གྱུར་པ་མ་ལུས་པ་ཡོངས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བདག་གིས་  
 འཇིག་རྟེན་འདི་མཐའ་དག་སྟུག་བསྐྱེལ་ལས་བཏོན་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཉིད་ལ་སྐྱར་  
 རོ་སྟུམ་དུ་གདོན་མི་བླ་བར་ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མདོན་དུ་བྱེད་པར་  
 འགྱུར་རོ། །དམ་བཅས་པ་འདི་འང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སྤངས་པས་མི་འགྲུབ་  
 བས་དེའི་འོག་དུ་གདོན་མི་བླ་བར་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གཉིས་  
 སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་འང་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ནི་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ས་བོན་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཆུ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་  
 ཞེ་ན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ལྷ་གྲུ་མ་འབྲས་བུ་ལུན་སུམ་ཆོག་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་པར་མ་བསྟེད་ཀྱི་བར་དུ་བར་མ་དོར་ཉེ་ཞོར་མི་འགྱུར་  
 བར་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 སྟེས་སུ་བྱིན་གྱང་། གལ་ཏེ་དུས་ཕྱིས་སྟོང་རྗེའི་ཆུས་ཡང་དང་ཡང་དུ་མ་བཅུས་ན་  
 གཞན་དོན་དུ་ཆོག་པ་གཉིས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡུན་རིང་པོའི་བར་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་སྟེད་ལུག་སྟེ།  
 འབྲས་བུའི་ཆོག་པ་ཡངས་པ་མ་བསགས་པར་འདི་གདོན་མི་བླ་བར་ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
 སའམ། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་ཡོངས་སུ་སྐྱབ་པ་ལས་འདའ་བར་འགྱུར་རོ། །

དེའི་ཕྱིར་སྒྲིང་རྗེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་སྒྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ་ཁུ་དང་ཆོས་  
 མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲིན་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། སངས་རྒྱས་བཙུམ་  
 ལུན་འདས་རྣམས་ནི་རང་དོན་སྒྲིས་པ་ཀུན་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་སྐྱབས་ཀྱི་ཀྱང་།  
 སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པའི་དབང་གིས་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་ལོ་རོལ་བ་རི་བྱིད་  
 བར་ཆོས་ཀྱི་ལོ་རོལ་ལོ་བསྐྱོར་དེ། འཕགས་པའི་ཆོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་གཅིག་ནས་  
 གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་པ་རྣམས་བར་མ་ཆད་པར་ཡུན་རིང་དུ་མདོན་པར་འཕེལ་བར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་སྒྲིང་རྗེ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་ན།  
 འབྲས་བུ་ཡངས་པའི་གནས་སྐབས་ཐོབ་ཏུ་བྱིན་ཀྱང་། ལྷ་པོ་ལས་འདས་པ་མདོན་  
 དུ་བྱས་ནས་ཆོས་ཀྱི་ལོངས་སྤྱོད་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་མི་འགྱུར་ལ། དེའི་ཕྱིར་  
 འཕགས་པའི་ཆོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་པ་མདོན་པར་འཕེལ་  
 བར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་སྒྲིང་རྗེ་ནི་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པའི་སྒྲོ་ནས་རང་བཞིན་བརྗོད་དེ་སྒྲིང་རྗེ་ལ་བསྟོད་  
 པ་ནི། སྒྲིང་རྗེ་དེའང་དམིགས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ་འདི་ལྟར། སེམས་  
 ཅན་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཆོས་ལ་དམིགས་པ་དང་། དམིགས་པ་མེད་པའི་སྒྲིང་  
 རྗེ་འོ། །དང་པོ་ནི། སེམས་ཅན་རྣམས་ཡོད་ལ་དམིགས་ནས་སྟུག་བསྟུལ་དང་བྲལ་  
 བར་འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི། ལུང་པོའི་ཆོས་ཙམ་ལ་སེམས་ཅན་  
 དུ་ཉི་བར་བཏགས་པ་ལ་དམིགས་ནས་སྟུག་བསྟུལ་དང་བྲལ་བར་འདོད་པའི་རྣམ་  
 པ་ཅན་ནོ། །གསུམ་པ་ནི་སེམས་ཅན་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུ་ལ་དམིགས་ནས་སྟུག་བསྟུལ་



དང་བྲལ་བར་འདོད་པའི་རྣམས་པ་ཅན་ནོ། །དང་པོ་ནི་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་མངའོ། །  
 གཉིས་པ་ནི་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་མངའོ། །གསུམ་པ་ནི་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའ་རྣམས་དང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་མངའོ། །ཞེས་ཉན་རང་ལ་  
 ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་མེད་པར་འདོད་པ་དག་གིས་བཞེད་པའོ། །འདིར་ནི་  
 སྙིང་རྗེ་ཐ་མ་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྷོག་པའི་སྒྲོ་ནས་འབྱེད་ཅིང་། དེའང་འཕགས་  
 པའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་དེ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་སེམས་  
 ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྙིང་རྗེ་རང་གི་ངོ་བོའི་བྱུང་པར་མངོན་པར་གསལ་བར་  
 བྱེད་པའི་སྒྲོ་ནས་དེ་ཉིད་ལྷག་འཆལ་བ་བརྩོམ་པར་འདོད་ནས། དང་པོར་བདག་  
 ཏུ་མངོན་པར་ཞེན་གྱུར་ཅིང་། །དངོས་པོ་རྣམས་ལ་བདག་གི་གཞི་བཟུང་བས། །  
 ཟོ་ཆུན་རྒྱུད་ལྟར་རང་དབང་མེད་པ་ཡི། །འགྲོ་ལ་སྙིང་རྗེར་གྱུར་གང་དེ་ལ་འདུད། །  
 ཅེས་སྒྲོས་སོ། །དེ་ལ་འདུད་ཅེས་བྲང་ངོ་། །གང་ལ་ཞེན། འགྲོ་བ་སྤྲུག་བསྐྱལ་དང་  
 སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་ལས་བསྐྱལ་བར་འདོད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་སྙིང་རྗེར་གྱུར་  
 པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལའོ། །འགྲོ་བ་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་ཅི་ན། ཟོ་ཆུན་གྱི་རྒྱུད་འཕྱུན་པ་  
 ལྟར་ལས་དང་ཉན་མོངས་པའི་མཐུས་རང་དབང་མེད་པར་ཐོག་མ་མེད་པའི་འཁོར་  
 བར་འཕྱུན་པ་ཞིག་གོ། རྒྱ་གང་ལས་འཕྱུན་ཞེན། བདག་གི་མངོན་པར་ཞེན་པའི་  
 དང་པོ་རང་གི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་སྤང་བོ་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཏུ་  
 མངོན་པར་ཞེན་ཅིང་། དེའི་འོག་ཏུ་བདག་ཏུ་གཟུང་བུ་མ་ཡིན་པའི་སེམས་ཅན་  
 དང་སེམས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་བདག་གི་འོ་ཞེས་བཟུང་བས་

འཕྱུར་པར་གྱུར་དོ། །ཅི་ལྟར་ན་འགྲོ་བ་འདི་ཙོ་ཆུན་གྱི་རྒྱུད་དང་ཆོས་མཐུན་པ་  
 ཡིན་ཞེ་ན། རྣམ་པ་དུག་གིས་ཆོས་མཐུན་དེ། འདི་ལྟར་ཙོ་ཆུན་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཆོས་  
 དུག་ཉི་བར་གནས་དེ། ཐག་པས་བཅིངས་པ་དང་། འཕྱལ་ལའོར་མཁན་གཞན་  
 གྱི་དབང་དུ་གྱུར་པ་དང་། བྱོན་པར་ལའོར་བར་བྱེད་པ་དང་། འོག་ཏུ་རང་གི་རང་  
 གིས་འགྲོ་ཞིང་སྤེང་དུ་འབད་པས་དྲང་བར་བྱ་བ་དང་། ཐོག་མ་དང་། ཐ་མ་དང་།  
 བར་གྱི་རིམ་པ་ངེས་པར་མི་ཟེན་པ་དང་། ཉི་མ་རེ་རེ་ཞིང་འཆགས་པར་འགྱུར་བའི་  
 རང་བཞིན་ཅན་ནོ། །ཇི་ལྟར་ཙོ་ཆུན་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཆོས་དུག་དམིགས་པ་ལྟར་འགྲོ་བ་  
 རྣམས་ལ་འང་ཆོས་དུག་དམིགས་དེ། འདི་ལྟར། བདག་དང་བདག་གིར་མངོན་  
 པར་ཞེན་པའི་འཇིག་རྟེན་འདི་དག་ནི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་ཐག་པས་ཆེས་  
 དམ་དུ་བསྐྱམས་པ། རྣམ་པ་ཤེས་པའི་འཕྱལ་ལའོར་མཁན་གྱི་སྒྲོན་པ་ལ་རག་  
 ལས་དེ་འཇུག་པ། ལའོར་བའི་བྱོན་པ་ཆེན་པོ་སྤྱིད་པའི་རྩེ་མོ་ནས་མནར་མེད་པར་  
 ཐུག་པར་ཟབ་པར་བར་མེད་པར་འཕྱུར་པ། ངན་སོང་གསུམ་གྱི་ཐུར་དུ་རང་གི་  
 རང་གིས་འཇུག་ཅིང་ལྟ་དང་མིའི་གནས་ལ་གྱེན་དུ་འབད་པས་དྲང་བར་བྱ་བ།  
 ཉོན་མོངས་པ་དང་། ལས་དང་སྒྲེ་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་གསུམ་ཡོད་ཀྱང་། ལྷ་  
 མ་དང་། བྱི་མ་དང་བར་གྱི་རིམ་པ་ངེས་པར་མི་ཟེན་པ། ཉི་མ་རེ་རེ་ཞིང་སྤྱུག་བ་  
 ལྷ་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱལ་དང་། འགྱུར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་དག་གིས་གཅོག་པའི་བྱིར། ཙོ་  
 ཆུན་རྒྱུད་མའི་གནས་སྐབས་ལས་མ་འདས་པ་ཞིག་གོ །ད་ནི་ཆོས་ལ་དམིགས་པ་  
 དང་དམིགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིང་རྗེ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱང་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་



གསལ་བར་བྱ་སྟེ་ཕྱག་འཆལ་བར་བཞེད་ནས། འགྲོ་བ་གཡོ་བའི་ཆུ་ནང་སྐྱབ་  
 ལྟར། །གཡོ་དང་རང་བཞིན་སྟོང་པར་མཐོང་བ་ཡི། །ཞེས་སྟོས་ཏེ། སྟོང་རྗེར་གྱུར་  
 གང་དེ་ལ་འདུད། །ཅེས་སྒྱུར་རོ། །སྟོང་རྗེར་རི་ལྟར་གྱུར་ཞེ་ན། རྒྱུད་གིས་ཅུང་ཟད་  
 བསྐྱོད་དེ་གཡོ་བའི་ཆུ་གིན་ཏུ་དྲངས་པའི་ནང་དུ་སྐྱབ་པའི་གཟུགས་བརྒྱན་ཤར་བ་  
 ལྟར། འགྲོ་བ་སྐད་ཅིག་གིས་གཡོ་བ་དང་། དོན་དམ་པར་སྐྱེ་བ་མེད་པས་རང་  
 བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་མཐོང་བའི་སྟོ་ནས་སྟུག་བསྐྱལ་དང་བྲལ་བར་འདོད་པའི་  
 རྣམ་པ་ཅན་ལོ། །ཅི་ལྟར་ན། འགྲོ་བ་ཆུ་ནང་གི་སྐྱབ་བ་དང་ཆོས་མཆུངས་པར་མཐོང་  
 བ་ལས་སྟོང་རྗེ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། ཆུ་གིན་ཏུ་དྲངས་པ་རྒྱུད་དྲག་པོ་མ་ཡིན་པས་ཆ་  
 ཤས་བརྒྱབས་གྱིས་ཁུབ་པའི་ནང་དུ་སྐྱབ་པའི་གཟུགས་བརྒྱན་ཤར་བ་ན། དམ་པ་  
 དག་གིས་གཉིས་པོ་འདི་རང་གི་བདག་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་པ་ལྟར་མཐོང་སྟེ་  
 སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་མི་རྟག་པ་ཉིད་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྟོང་རྗེའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པ་རྣམས་གྱིས་གྱང་སེམས་  
 ཅན་འཇིག་ཆོག་ས་ལ་ལྟ་བའི་མཆོ་མ་རིག་པའི་ཆུ་སྟོན་པོ་རྒྱ་ཆེ་བ་ཆུ་ལ་བཞིན་མ་  
 ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་རྒྱུད་གིས་རབ་ཏུ་བསྐྱོད་པའི་ནང་དུ། རང་གི་ལས་ཀྱི་གཟུགས་  
 བརྒྱན་ལྟ་བུ་མདུན་ན་གནས་པ་རྣམས་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ཞིང་མི་རྟག་པའི་སྟུག་  
 བསྐྱལ་ཐོག་ཏུ་འབབ་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་མཐོང་བ་ན། དེ་དག་གི་  
 སྟུག་བསྐྱལ་གཞིམ་པར་བྱ་བའི་བྱིར་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་རོ་ཕུལ་དུ་བྱུང་བའི་འབྱུང་  
 གནས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཐོབ་པར་འདོད་པ་ཡིན་ལོ། །

གཉིས་པ་འདུག་པུ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱ་བ་ལ། རྒྱུ་འཁུགས་  
 སྐབས་ཀྱི་ས་བཙུ་དང་། འབྲས་བུའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ས་གཅིག་སྟེ་གཉིས་སོ། །  
 དེ་ལ་རྒྱུ་འཁུགས་སྐབས་ཀྱི་ས་བཙུ་ནི་མངལ་གྱི་གནས་སྐབས་དང་འདྲ་སྟེ། སའི་  
 སྒྲིབ་པ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲས་བུའི་གནས་སྐབས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ནི།  
 བཅོས་པའི་གནས་སྐབས་དང་འདྲ་སྟེ། སྒྲིབ་པ་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲོད་  
 ཡུལ་ཉམས་སུ་སྒྲུབ་བ་ལྟར། བྱ་བ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 ཡུལ་ཉམས་སུ་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་མངལ་གྱི་གནས་སྐབས་བཙུ་སྟེ། རྒྱ་བའི་  
 ལུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དང་། ཤའི་ལུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དང་། སྒྲོད་པའི་ལུས་ཀྱི་  
 གནས་སྐབས་དང་། སྒྲ་བའི་ལུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དང་། ལུས་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་  
 པའི་ལུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དང་། རང་བཞིན་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ལུས་ཀྱི་གནས་  
 སྐབས་དང་། ལས་དང་བཅས་པའི་ལུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཏེ། བདུན་པོ་དེ་དག་ནི་  
 ཡོངས་སུ་མ་རྫོགས་པའི་གནས་སྐབས་ཡིན་ལ། དེ་དག་དང་མ་དག་པའི་ས་བདུན་  
 ཆོས་མཐུན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱང་གསུམ་སྟེ།  
 དབང་པོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་། མཚན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་། རྒྱ་དང་ཞེང་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའོ། །དེ་དག་དང་དག་པའི་ས་གསུམ་ཆོས་མཐུན་པར་རིག་པར་  
 བྱའོ། །དེ་ལ་ས་ཞེས་བྱ་བ་འདིའི་རང་བཞིན་ཅི་ཞེན། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་  
 ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲིབ་རྗེ་ལ་སོགས་པས་ཡོངས་སུ་ཟིན་པ་ནི་ས་ཞེས་བྱ་  
 བར་མིང་ཐོབ་སྟེ། ཡོན་ཏན་གྱི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་



ཤེས་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་རོ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་དབྱེ་བ་མེད་ན། ཅི་ལྟར་ས་བཙུར་  
 དབྱེ་ཞེ་ན། འདི་ལ་རང་གི་ངོ་བོས་བྱས་པའི་དབྱེ་བ་ནི་མེད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་དེ་ཉིད་  
 གོང་ནས་གོང་དུ་ཡོན་ཏན་གྱི་གྲངས་དང་མཐུ་ལུ་ལྟར་བའི་བྱད་པར་ཐོབ་པ་  
 དང་། སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཀླགས་པ་དང་། རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་  
 འཕེལ་བའི་བྱེ་བྲག་གིས་ས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་དང་། དྲི་མ་མེད་པ་དང་། འོད་བྱེད་  
 པ་དང་། འོད་འཕྲོ་བ་ཅན་དང་། སྒྱུར་དགའ་བ་དང་། མཛོན་དུ་གྱུར་པ་དང་།  
 རིང་དུ་སོང་བ་དང་། མི་གཡོ་བ་དང་། ལེགས་པའི་སྒྲོ་གྲོས་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྒྲིན་  
 ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཅན་རྣམ་པ་བཙུར་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །དེ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་པ་  
 དང་པོ་ས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ནི་དོན་གསུམ་གྱིས་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར། བྱད་  
 གཞི་སའི་ངོ་བོ་མཛོར་བསྟན་པ་དང་། བྱད་ཆོས་སའི་ཡོན་ཏན་རྒྱས་པར་བཤད་  
 པ་དང་། སའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་མཐུག་བསྟུ་བའོ། །དང་པོའི་དབང་  
 དུ་བྱས་ནས། འགྲོ་བ་སྒྲོལ་ཕྱིར་སྦྱང་རྗེའི་གཞན་དབང་གིས། །ཀྱུན་ཏུ་བཟང་པོས་  
 སྒྲོན་པས་རབ་སྒྲོན་ཅིང་། །གང་གི་སེམས་ནི་རབ་དགའ་ལ་གནས་པ། །དེ་ནི་  
 རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱི་དང་པོར་བརྗོད། །ཅེས་སྒྲོས་སོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་  
 གི་སེམས་ནི་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཅན་གྱི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་ལ་གནས་པ་དེ་ནི་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོར་  
 བརྗོད་དོ། །ས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་དེ་བྱད་པར་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། སེམས་  
 བསྐྱེད་པ་གང་ལ་གནས་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་རྒྱལ་

གྲིས་འགྲོ་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་མཐོང་བའི་དམིགས་པ་མེད་པའི་སྒྲིང་རྗེའི་གཞན་  
 དབང་དུ་གྱུར་ཏེ། འགྲོ་བ་སྒྲོལ་བའི་ཕྱིར་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཀྱན་དུ་བཟང་  
 བོས་སྒྲོན་པའི་སྒྲོན་ལམ། གང་ཡང་དུས་གསུམ་གསལ་གསལ་པའི་རྒྱལ་བ་ཡི། །བྱང་  
 ཆུབ་སྒྲོན་པའི་སྒྲོན་ལམ་བྱེ་བྲག་རྣམས། །ཞེས་སོགས་གྲིས་བསྐྱེས་པའི་སྒྲོན་ལམ་  
 ཆེན་པོ་བཙུ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོན་ལམ་འབུམ་ཕྲག་གངས་མེད་པ་ཕྲག་བཙུ་རབ་དུ་  
 སྒྲོན་ཅིང་འདེབས་པར་བྱེད་པ་དེ་ལ་རབ་དུ་དགའ་བ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །གཉིས་པ་  
 ལའང་། བྱད་ཆོས་པལ་པ་དང་། གཙོ་བོ་སྒྲིན་པའི་པར་ཕྱིན་བཤད་པ་གཉིས་སོ། །  
 དང་པོ་ལ་རེ་ཞིག་མིང་བྱད་པར་བ་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་ནི། དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་དེ་  
 ཐོབ་གྱུར་པས་དེ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱའི་སྒྲིས་བརྟན་དོ། །ཞེས་སྒྲོན་ཏེ།  
 སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོ་དེ་ཐོབ་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་རྒྱལ་བའི་སྐུ་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲ་ཁོ་ནས་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། སོ་སོ་སྟེ་བོ་ལ་  
 སོགས་པས་བསྟན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་ཐོབ་  
 པར་གྱུར་པས། དེའི་ཆོ་སོ་སོ་སྟེ་བོའི་ས་ལས་འདས་ཏེ་འཕགས་པར་གྱུར་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །ཇི་སྐད་དུ་བཙོམ་ལུན་འདས་མ་ཉིས་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་པ་ལས། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྗེས་སུ་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་ཆོག་སྒྲ་དྲགས་ཏེ།  
 གང་གིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྗེས་སུ་རྟོགས་ཤིང་ཤེས་པའོ། །ཇི་ལྟར་ཤེས་ཞེན། མ་  
 བྱང་བ་དང་། ཡང་དག་པར་མ་བྱང་བ་དང་། མ་ལོག་པ་དང་། དེ་དག་ཇི་ལྟར་  
 བྱིས་པ་སོ་སོའི་སྟེ་བོས་བརྟགས་པ་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་དང་། བྱིས་པ་སོ་སོའི་སྟེ་



བོས་རྟེན་པ་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །རི་སྐད་བཤད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོ་དེ་ཐོབ་པའི་གནས་  
 སྐབས་དེར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲིམ་བཞེད་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་ཀྱི། གཞན་  
 ཡང་། འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིགས་སྟེས་ཏེ། །འདི་ཡིས་ཀྱན་སྦྱོར་གསུམ་  
 པོ་སྤངས་པར་གྱུར་། །དེ་ནི་དགའ་བ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་འཆར་ཞིང་། །འཇིག་རྟེན་  
 ཁམས་བརྒྱ་གཡོ་བར་རྣམ་པའང་ཡིན། །སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོ་ལ་གནས་པའི་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིགས་སུ་སྟེས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 སོ་སོ་སྟེ་བོ་དང་། ཉས་ཐོག་དང་། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་  
 པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ས་ཀྱན་ཏུ་འོད་ཅེས་བྱ་བའི་རྗེས་སུ་འགོ་  
 བའི་ལམ་སྟེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་དཔའ་འདིའི་རྒྱད་ཀྱི་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོར་བ་འཇིག་  
 ཆོག་སུ་ལྟ་བུ་དང་། ཐེ་ཆོམ་དང་། རྒྱལ་བྱིམས་དང་། བརྟལ་ཞུགས་མཆོག་ཏུ་  
 འཇིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་གསུམ་པོ་འང་སྤངས་པ་ཡིན་ཏེ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་  
 མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་དཔའ་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་  
 དགའ་བ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་འཆར་བའང་ཡིན་ཏེ། ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་ངེས་པ་ལ་  
 ཞུགས་པས་དེའི་རྒྱ་ཅན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ་དང་། སའི་མི་མཐུན་སྦྱོགས་ཀྱི་སྦྱོན་  
 དང་བྲལ་བས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགའ་བའི་བྱད་པར་སྟེས་པས་རབ་ཏུ་དགའ་  
 བ་མང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ས་འདི་ལ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཡང་  
 ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །རྩ་འབྲུལ་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བརྒྱ་གཡོ་

བར་ནུས་པའང་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། ས་ནས་སར་གཞོན་གོང་དུ་འགྲོ་བར་  
 འགྱུར། །དེ་ཆེ་འདི་ཡི་ངན་འགྲོའི་ལམ་འགག་ཅིང་། །སོ་སོ་སྐྱེ་བོའི་ས་རྣམས་ཟད་  
 འགྱུར་ཏེ། །འདི་ནི་འཕགས་པ་བརྒྱད་པ་བཞིན་དུ་བསྟན། །འདི་ནི་ས་འོག་ས་  
 རས་ས་གོང་མར་གཞོན་ཅིང་གོང་ནས་གོང་དུ་འགྲོ་བར་ཡང་འགྱུར་ཏེ། རི་ལྗང་  
 རང་གི་ཁོང་དུ་རྒྱད་པའི་ཆོས་ལ་གོམས་པའི་ཕྱིར་དང་། ས་གཉིས་པ་ལ་སོགས་  
 གཞོན་པ་ལ་སྒྲོ་བ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཆེ་འདིའི་རྒྱད་ལ་མི་དགེ་བ་མི་བྱེད་པའི་  
 སྒྲོམ་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བའི་ལམ་མཐའ་དག་འགག་པར་འགྱུར་ལ།  
 བདེན་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་སོ་སོ་སྐྱེ་བོའི་ས་རྣམས་ཀྱང་ཟད་པར་འགྱུར་ཏེ། མདོར་  
 ར་འཕགས་པ་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་རང་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འཕགས་  
 པའི་ཆོས་རྗེས་སུ་རྟོགས་པ་ལས་སྒྲོན་དང་བྲལ་ཞིང་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ།  
 སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འདི་འང་ས་རྟོགས་  
 པ་ལས་རང་དང་འཆོམས་པའི་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བ་དང་། སྒྲོན་ཟད་པ་འཕགས་པ་  
 བརྒྱད་པ་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པའི་དཔེའི་སྒྲོ་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །སེམས་བསྐྱེད་པ་  
 དང་པོ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལྷག་པའི་བསམ་པའི་བྱུང་བར་  
 བསྟན་པའི་ཕྱིར། རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་དང་པོས་ཀྱང་། །བྱུང་  
 དབང་གསུང་སྐྱེས་རང་རྒྱལ་བཅས་པ་རྣམས། །བསོད་རྣམས་སྟོབས་གྱིས་པམ་བྱས་  
 རྣམ་འཕེལ་ཞིང་། །ཞེས་སྒྲོན་ཏེ། འདི་ལྗང་དོན་དམ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟོགས་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དང་པོ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཀྱང་།



བྱུང་པའི་དབང་པོའི་གསུང་ལས་སྒྲིམ་པ་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་རྣམས་དང་རང་  
 རྒྱལ་དང་བཅས་པ་རྣམས་གཞན་ལ་ཡན་པའི་ལྷག་པའི་བསམ་པའི་བསོད་ནམས་  
 གྱི་སྒྲོབས་གྱིས་རྣམ་པར་ཡམ་ཞིང་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པར་བྱེད་དེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ལ་མངའ་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བསྐྱལ་བར་འདོད་པའི་ལྷག་བསམ་  
 དེ་དག་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་དེ་དག་ལས་  
 བསོད་ནམས་འཕེལ་ཞིང་ལྷག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡང་། འཕགས་པ་བྱམས་  
 པའི་རྣམ་ཐར་ལས། རིགས་ཀྱི་བྱ་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་རྒྱལ་པོའི་བྱ་སྒྲིམ་ནས་  
 རིང་པོར་མ་ལོན་པ་རྒྱལ་པོའི་མཆན་དང་ལྡན་པས་ནི། སློན་པོའི་ཆོགས་རྒྱན་པོ་  
 གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། རིགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཆེ་བའི་དབང་གིས་ཟེལ་  
 གྱིས་གཞོན་ཏོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལས་དང་པོ་པ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་  
 སེམས་བསྐྱེད་ནས་རིང་པོར་མ་ལོན་པ་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་  
 རིགས་སུ་སྒྲིམ་པས་ཀྱང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་སྦྱང་རྗེའི་དབང་གིས་ཉན་ཐོས་  
 དང་རང་སངས་རྒྱས་ཡུན་རིང་དུ་ཆོངས་པར་སྤྱད་པ་རྣམས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་ཏོ། །  
 རིགས་ཀྱི་བྱ་འདི་ལྟ་སྟེ་དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་ལྗིང་གི་དབང་པོ་ཆེན་པོའི་ཕྱ་གུ་སྒྲིམ་  
 ནས་རིང་པོར་མ་ལོན་པའི་གསོག་པའི་རྒྱང་གི་ཤུགས་དང་མིག་ཡོངས་སུ་དག་  
 པའི་ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། དེ་ལས་གཞན་པའི་བྱའི་ཆོགས་མ་ལུས་པ་རྣམས་  
 པར་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་དང་པོ་བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པ་ནམ་མཁའ་ལྗིང་གི་

དབང་པོ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཀྱི་བརྒྱད་དུ་ཡང་དག་པར་བྱང་བ་ནམ་མཁའ་ལྗོངས་གི་  
 དབང་པོ་ཆེན་པོའི་ལྷན་གྱི་ཐམས་ཅད་མཁུམ་པ་ཉིད་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུད་གི་  
 གཤོག་པའི་སྒྲིབས་ཀྱིས་པ་རོལ་གཞོན་པ་དང་། ལྷན་པའི་བསམ་པ་ཡོངས་སུ་དག་  
 པའི་མིག་གི་ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བསྐྱལ་པ་བརྒྱ་སྟོང་དུ་ངེས་པར་འབྱུང་  
 པའི་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་གང་  
 གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། ། ཅི་ཀྱན་རྫོབ་བྱང་རྒྱུ་གི་སེམས་ཀྱི་སྒྲིབས་ཀྱིས་སམ། འོན་  
 ཏེ་དོན་དམ་བྱང་རྒྱུ་གི་སེམས་ཀྱིས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཀྱན་རྫོབ་  
 བྱང་རྒྱུ་གི་སེམས་ཀྱིས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་གྱི། དོན་དམ་པས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཉན་  
 རང་དག་ལའང་ཆོས་རང་བཞིན་མེད་པ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་  
 བྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་མོས་སྒྲིབ་ཀྱི་ས་ལ་གནས་པ་དག་གིས་ཀྱང་ཉན་རང་དག་ཅིའི་  
 བྱིར་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པར་མི་བྱེད་ཅེ་ན། མོས་སྒྲིབ་པ་དག་གི་བྱང་རྒྱུ་གི་སེམས་  
 ཅི་མི་བརྟན་པ་ཡིན་ཏེ། བདག་གཞན་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །  
 དེའི་བྱིར་དེ་དག་ནི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྟན་འདས་ཀྱི་རིགས་སུ་མ་  
 ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་མཆོན་དང་མི་ལྟན་པའི་རྒྱལ་པོའི་བྱ་པལ་པ་བཞིན་ནོ། །  
 སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོ་ཐོབ་པ་ན་བདག་གཞན་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པས།  
 ཀྱན་རྫོབ་བྱང་རྒྱུ་གི་སེམས་བརྟན་པར་གྱུར་པས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་རིགས་སུ་  
 ངེས་པ་ཡིན་ལ། དེའི་བྱིར་མཆོན་དང་ལྟན་པའི་རྒྱལ་པོའི་བྱ་བཞིན་དུ་ཉན་རང་



དག་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་ཡིན་ནོ། །ནམ་གྱི་ཆེ་སློབ་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཞེ་ན། རིང་དུ་  
 སོང་བ་སློབ་ཡང་ལྷག་པར་འགྱུར། །རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་དེ་ནི་གང་གི་ཆེ་སེམས་བསྐྱེད་པ་  
 བདུན་པ་རིང་དུ་སོང་བར་སོན་པ་དེའི་ཆེ་སློབ་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ཀྱང་ཉན་  
 རང་དག་ལས་ལྷག་པར་འགྱུར་དེ། ས་དེར་ཐབས་ཀྱིས་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ཐོབ་  
 བས་སེམས་ཀྱི་སྐྱད་ཅིག་རེ་རེ་ཞིང་འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་འདུག་ཅིང་ལྷང་བའི་  
 བྱིར། ཉན་རང་དག་གིས་དེ་ལྟར་མི་རྣམས་བའི་བྱིར་རོ། །འི་སྐྱད་དུ་འཕགས་པ་ས་  
 བཙུ་པ་ལས། ཀྱི་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་དག་འདི་ལྟ་སྟེ། རྒྱལ་བའི་རིགས་སུ་སྐྱེས་པའི་  
 རྒྱལ་བའི་བྱ་མཚན་དང་ལྟན་པ་ནི་སྐྱེས་པ་ཙམ་གྱིས་རྒྱལ་བའི་བྱིན་གྱིས་སྟོན་པའི་  
 ཆོགས་ཐམས་ཅད་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་གྱི། རང་གི་སློབ་སྟོབས་ཀྱིས་རྣམ་པར་དབྱེད་  
 བས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ནམ་དེ་ནར་སོན་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་རང་གི་སློབ་སྟོབས་བསྐྱེད་  
 བས་སྟོན་པའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་པ་ཡིན་ནོ། །ཀྱི་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་  
 དག་དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐག་དུ་ལྷག་པའི་  
 བསམ་པའི་ཆེ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཟིལ་གྱིས་  
 གཞོན་གྱི། རང་གི་སློབ་སྟོབས་ཀྱིས་རྣམ་པར་དབྱེད་པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་ས་བདུན་པ་འདི་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་རང་གི་  
 ཡུལ་ཤེས་པའི་ཆེ་བ་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 བྱ་བ་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ལྷུང་འདི་ལས་ནི།  
 ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལའང་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པ་

རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡོད་པར་གསལ་བར་ངེས་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ཅིན་རང་དེ་  
 དག་སེམས་དང་པོ་བསྐྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་གྱང་ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲོའི་སྒྲོབས་  
 གྱིས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པར་མི་རྣམས་ཏེ། དེ་དག་ལ་ཆོས་རང་བཞིན་མེད་པར་ཤེས་  
 པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། སེམས་དང་པོ་བསྐྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལ་རིགས་པའང་ཡོད་དེ། གལ་ཏེ་ཅིན་རང་དག་ལ་ཆོས་རང་  
 བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པ་མེད་ན། ཕྱི་རོལ་པ་བཞིན་དུ་དེ་དག་གིས་ཁམས་གསུམ་  
 གྱི་ཉན་མོངས་པའི་བག་ལ་ཉལ་སྤྱོད་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་  
 ཤེས་རབ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡུང་པོ་མི་རྟག་པ་དང་སྟུག་བསྐྱལ་བ་སོགས་གྱི་རྣམ་  
 པ་རྟོགས་པས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དུངས་ནས་འབྱེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཉིས་  
 ཀའང་ཡུང་པོའི་གནས་ལུགས་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞུགས་པར་མཆུངས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །འདི་ལྟར་འདོད་ཆགས་སོགས་གྱིས་ངེ་ལྟར་ཞེན་པ་ལྟར་སྟུག་པ་དང་མི་སྟུག་  
 པ་སོགས་གྱི་རང་བཞིན་དུ་ཡུང་པོ་མ་གྲུབ་པ་ལྟར་མི་རྟག་པ་དང་སྟུག་བསྐྱལ་བ་  
 སོགས་གྱི་ངོ་བོར་ཡང་མ་གྲུབ་སྟེ། རང་བཞིན་གྱིས་སྤོང་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་མི་  
 རྟག་པ་སོགས་སུ་རྟོགས་པས་མི་སྤོང་ཡང་། དེ་དག་གི་རྒྱ་ཅན་གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་པར་རྟོགས་པས་སྤོང་པའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན། གང་ཞིག་ཡུང་པོ་ལ་མི་  
 རྟག་པ་སོགས་གྱི་དངོས་པོར་མ་ངོན་པར་ཞེན་པ་དེ་དག་གིས་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་པའང་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། བདག་ཏུ་འདོགས་པའི་གཞི་ཡུང་པོ་ལ་དམིགས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་། རིན་པོ་ཆེའི་སྤང་བ་ལས། ངེ་སྤྱིད་ཡུང་པོར་འཛིན་



ཡོད་པ། །དེ་སྤྱིད་དེ་ལ་ངར་འཛིན་ཡོད། །ངར་འཛིན་པ་ལས་ཡང་ལས་ཏེ། །དེ་  
 ལས་ཀྱང་ནི་སྒྲེ་བ་ཡིན། །ལས་གསུམ་ཐོག་མ་དབུས་མེད་པར། །འཁོར་བའི་དགྱིལ་  
 འཁོར་མགལ་མེ་ཡི། །འཁོར་ལོ་ལྷ་བྱ་ཕན་ཚུན་གྱི། །རྒྱན་ཅན་འདི་ནི་འཁོར་བར་  
 འགྱུར། །ཅེས་འཁོར་བའི་འཇུག་པ་ལས་བརྒྱམས་ནས་ལྷང་པོ་ལ་མཛོན་པར་ཞེན་  
 པ་ཉིད་སྒྲེ་བའི་རྩ་བར་བསྟན་ཅིང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། དེ་ནི་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་  
 དང་། །དུས་གསུམ་དུ་ཡང་མ་ཐོབ་ཕྱིར། །ངར་འཛིན་པ་ནི་ཟད་པར་འགྱུར། །དེ་  
 རྒྱས་ལས་དང་སྒྲེ་བ་ཡང་། །ཞེས་འཁོར་བའི་ལྷོག་པ་ལས་བརྒྱམས་ནས་ལྷང་པོ་  
 རང་བཞིན་མེད་པར་ཤེས་པ་ཉིད་སྒྲེ་བའི་གཞན་པོར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཅི་  
 སྒྲེ་དེ་དག་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེ་ན།  
 མ་ཡིན་ཏེ། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 འདི་གང་ལས་ཤེས་ཞེ་ན། དེ་ཡི་མཇུག་ཐོགས་སུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
 ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས། དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཀྱང་། །མཐོང་ནས་བྱང་  
 ཆུབ་ངེས་པར་འདོད། །འོན་ཀྱང་དེ་ནི་སྤྱིར་རྗེ་ཡིས། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་སྤྱིད་  
 མཆོམས་སྒྲོལ། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་ཉན་ཐོས་ཀྱི་མདོ་སྒྲེ་  
 དག་ལས་ཀྱང་ལྷང་པོ་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྟན་ཏེ། ཇི་སྒྲིད་དུ། གཟུགས་ནི་  
 དབུ་བ་དོས་པ་འདྲ། །ཆོར་བ་ཆུ་ཡི་ཆུ་བར་བཞིན། །འདུ་ཤེས་སྒྲིག་རྒྱ་ལྷ་བུ་སྒྲེ། །  
 འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་ཆུ་ཤིང་བཞིན། །རྣམ་ཤེས་སྒྲུ་མ་ལྷ་བུ་སྒྲེ། །ཉི་མའི་གཞན་གྱིས་  
 བཀའ་བསྟུན་ཏེ། །ཞེས་ལྷང་པོ་ལྷ་སྒྲུ་མ་སོགས་དང་འདྲ་བར་རང་བཞིན་མེད་པར་

དབྱུང་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་དེ་ཉིད་སྒྲིབ་དཔོན་གྱིས་ཀྱང་སྒྲིན་པར་བཞེད་ནས། ཐེག་  
 པ་ཆེ་ལ་སྒྲེ་མེད་བསྟན། །གཞན་གྱི་ཟད་པ་སྒྲོང་པ་ཉིད། །ཟད་དང་མི་སྒྲེ་དོན་དུ་  
 བློ་། །གཅིག་པ་དེ་ཕྱིར་བཟོད་པར་གྱིས། །ཞེས་དང་། ཡང་། བཅོམ་ལྷན་དངོས་  
 དང་དངོས་མེད་པ། །མཆིན་པས་ཀ་ཏ་ཡ་ན་ཡི། །གདམས་ངག་ལས་ནི་ཡོད་པ་  
 དང་། །མེད་པ་གཉིས་ཀ་དགག་པར་མཛད། །ཅིས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་  
 ལའོར་ལོ་དང་པོར་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་སྒྲེ་  
 བ་དང་འཇིག་པའི་རྣམ་པས་ཆོས་སྒྲིན་གྱི་རང་བཞིན་མེད་པའི་རྣམ་པས་ཆོས་སྒྲིན་  
 པར་ཅིའི་ཕྱིར་མི་བྱེད་ཅེ་ན། དེ་ནི་རྒྱད་ཡོངས་སུ་མ་སྒྱུངས་པ་དག་སྒྲོང་པ་ཉིད་ལ་  
 སྒྲག་པ་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་དགོས་པའི་དབང་གིས་གསུང་བ་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྒྲུང་དུ། རིགས་  
 པ་དུག་ཅུ་པར། སྒྲེ་བ་དང་ནི་འཇིག་པ་དག །དགོས་པའི་དོན་དུ་བསྟན་པའོ། །  
 སྒྲེ་བ་ཤེས་པས་འཇིག་པ་ཤེས། །འཇིག་པ་ཤེས་པས་མི་རྟག་ཤེས། །མི་རྟག་ཉིད་  
 ལ་འཇུག་པ་ཤེས། །ཆོས་ཀྱི་རྩ་ལ་ཡང་རྟོགས་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །ཀྱན་ཤེས་ཀྱི་རྩ་ལ་སོགས་པ་ཁ་ཅིག་གིས་བསྟན་པ་དེ་ལས་ཆོས་ཀྱི་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། རྒྱད་ཡོངས་སུ་སྒྱུངས་པ་དག་གིས་  
 བློ་སྒྲེ་བ་དང་འཇིག་པའི་རྣམ་པས་ཆོས་བསྟན་པ་ལས་སྒྲོང་པ་ཉིད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་  
 པར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲེ་བ་དང་འཇིག་པ་ནི་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་རང་བཞིན་  
 མེད་པ་ཁོ་ན་ལ་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྒྲེ་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དག་གིས་  
 ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་རྟོགས་ན་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲོང་བར་མི་བྱེད་ཅེ་ན།



ཆོས་ལ་བདག་མེད་པ་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲོང་བ་མ་ཡིན་གྱི།  
འོན་ཀྱང་ཡུན་རིང་དུ་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་ཡིན་ན། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་ནི་  
ལམ་ཡུན་རིང་པོར་གོམས་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། ཆོ་གསུམ་ལ་སོགས་པ་གོམས་  
པས་རང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྟེ་སྒྲོང་ལས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་  
བདག་མེད་པ་སྟོན་ན་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་སྟེ་སྒྲོང་ལ་བྱེ་བྲག་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། ཐེག་པ་  
ཆེན་པོ་ནི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་ཙམ་སྟོན་པས་རབ་དུ་བྱེ་བ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་དང་། ས་རོལ་དུ་བྱིན་པ་དང་། སྤྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་།  
སྟོན་ལམ་ལ་སོགས་པ་འདྲ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པར་ནི་དེ་  
ལྟ་བུ་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་འདྲ་། རིན་པོ་ཆའི་ཕྱེད་བར། ཉན་ཐོས་  
ཐེག་པ་དེ་ལས་ནི། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་ལམ་དང་། །སྒྲོང་པ་ཡོངས་བསྟོ་མ་  
བཤད་དེ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔར་ག་ལ་འགྱུར། །བྱང་ཆུབ་སྒྲོང་ལ་གནས་པའི་  
དོན། །མདོ་སྟེ་ལས་ནི་བཀའ་མ་བསྟུལ། །ཐེག་པ་ཆེ་ལས་བཀའ་བསྟུལ་པ། །དེ་  
ཕྱིར་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟུང་། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་  
ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པར་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིབ་པ་ཙམ་སྒྲོང་བའི་ཕྱིར། ཆོས་ལ་བདག་  
མེད་པ་མདོ་ཙམ་བསྟན་ལ། ཐེག་པ་ཆེན་པོར་ནི་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲོང་བའི་ཕྱིར་  
ཆོས་ལ་བདག་མེད་པ་རྒྱས་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཡང་བྱང་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །  
དེ་ལྟར་ཡང་། སྒྲིབ་དཔོན་གྱི་ཞལ་སྤྱན་ནས། བཅོམ་མ་མེད་པར་མ་རྟོགས་པར།  
ཁྱོད་གྱིས་ཐར་པ་མེད་པ་གསུངས། །དེ་ཕྱིར་བྱེད་གྱིས་ཐེག་ཆེན་ལ། །དེ་ནི་ཆོང་

བར་བསྟན་པ་ལགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ཉན་རང་ལ་ཆོས་ཀྱི་  
བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཡོད་པ་ནི་འཕགས་པ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱི་དགོངས་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
པ་ཡིན་ཅིང་། ཡང་། སདོ་སྤེའི་རྒྱན་ལས། ཆེར་འོས་སེམས་བསྐྱེད་སྤངས་པའི་སྒྲེ་  
བོ་ལ། །གཞན་དོན་སེམས་དང་དེ་ཡི་ཐབས་རྟེན་དང་། །དགོངས་ཆེན་དོན་དང་  
དེ་ཉིད་མཆོག་མཐོང་བའི། །བདེ་བ་དེ་སྤངས་ནི་བར་འགོ་བར་འགྱུར། །ཞེས་ཉན་  
རང་དག་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་མེད་པར་བཤད་ལ། །ལུང་གཉིས་ཀ་ལ་  
ཡོད་ཀྱང་། རིགས་པ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱི་ལུགས་འབའ་ཞིག་བཟང་བར་མཐོང་ངོ། །

གཉིས་པ་བྱུང་ཆོས་ཀྱི་གཙོ་བོ་སྒྲིན་པའི་ཕར་ཕྱིན་བཤད་པ་ལའང་། ས་  
དེར་སྒྲིན་པ་ལྷག་པར་བསྟན་པ་དང་། ཞར་ལ་སྒྲིན་པའི་བསྐྱགས་པ་བསྟན་པ་དང་  
འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ་དང་གསུམས་ལས།  
དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། དེ་ཆོ་དེ་ལ་རྫོགས་སངས་བྱང་ཆུབ་རྒྱ། །དང་པོ་སྒྲིན་  
པ་ཉིད་ནི་ལྷག་པར་འགྱུར། །ཞེས་སྒྲོས་སོ། །སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོ་ཐོབ་པ་དེའི་  
ཆོ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་དེ་ལ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་པ་རོལ་དུ་  
ཕྱིན་པ་བཅུའི་དང་པོ་སྒྲིན་པ་ཉིད་ལྷག་པར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲིན་པའི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་  
པའི་མི་མཐུན་སྤྱོད་ས་ལུས་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལས་གཞན་པའི་པ་རོལ་  
དུ་ཕྱིན་པ་རྣམས་ས་འདི་ན་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རང་ག་གཏོང་ལའང་གུས་པར་  
བྱས་པ་ཡིས། །སྤང་དུ་མི་རུང་དཔོག་པའི་རྒྱར་ཡང་འགྱུར། །དེའི་ཆོ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔས་སྒྲིན་པ་ལྷག་པར་སྤྱོད་པས་བདོག་པ་ཐམས་ཅད་གཞན་ལྟ་ཅི་སྒྲོས་

སྒྲོང་བ་དག་ལ་རང་གི་ག་བཅད་དེ་གཏོང་བ་ལའང་གྲུས་པར་བྱས་པའི་ལུས་དག་  
 གི་ལས་ཁྱད་པར་བ་ནི། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བ་རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པ་  
 ས་དང་པོའི་ཡོན་ཏན་སྒྲུབ་དུ་མི་རུང་བ་གཞན་དག་རྗེས་སུ་དཔོག་པའི་རྒྱར་ཡང་  
 འགྱུར་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བ་རྟོགས་ཏེ་བདག་གཞན་མཉམ་པ་ཉིད་  
 དུ་ཁོང་དུ་ཁྱད་པར་མ་གྱུར་ན་གཞན་དོན་དུ་རང་གི་ག་སྒྲེར་བ་ལ་གྲུས་པར་མི་འགྱུར་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞར་ལ་སྦྱོར་པའི་བསྐྱགས་པ་བསྐྱན་པ་ལའང་། གང་ཟག་གཞན་  
 གྱི་སྦྱོར་པའི་བསྐྱགས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོར་པ་ཁྱད་པར་དུ་བསྐྱགས་  
 པ་གཉིས་ལས། དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། སྒྲེ་བོ་འདི་ཀུན་བདེ་བ་མཛོན་  
 འདོད་ཅིང་། །མི་རྣམས་བདེ་བའང་ལོངས་སྤྱོད་མེད་མེན་ལ། །ལོངས་སྤྱོད་ཀྱང་ནི་  
 སྦྱོར་ལས་བྱང་མཁུན་ནས། །ཐུབ་པས་དང་པོར་སྦྱོར་པའི་གཏམ་མཛད་དོ། །  
 ཞེས་སྒྲོས་ཏེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལ་མཛོན་པར་ཞེན་པའི་སྒྲེ་བོ་འདི་ཀུན་བགྲེས་པ་དང་།  
 སྒྲོམ་པ་དང་། ཆ་གང་ལ་སོགས་པའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་ཕྱིར་བཙོས་པ་ཅམ་གྱི་བདེ་བ་  
 མཛོན་པར་འདོད་ཅིང་མི་རྣམས་ཀྱི་སྐྱག་བསྐྱེལ་ཕྱིར་བཙོས་པ་ཅམ་གྱི་བདེ་བ་  
 དེའང་ཟས་གོས་ལ་སོགས་པའི་ལོངས་སྤྱོད་མེད་པར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ལ། སྐྱག་  
 བསྐྱེལ་ཕྱིར་བཙོས་པའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ལོངས་སྤྱོད་དེ་དག་ཀྱང་ནི་སྦྱོར་པ་ལས་  
 བྱང་བའི་བསོད་ནམས་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ལས་བྱུང་བར་མཁུན་ནས། ཐུབ་པ་བཙོམ་  
 ལུན་འདས་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པའི་བསམ་པའི་རང་བཞིན་མཁུན་པས་གདུལ་བྱ་  
 རྣམས་ལ་ཚུལ་བྲིམས་ལ་སོགས་པའི་དང་པོར་སྦྱོར་པ་ལ་བསྐྱགས་པའི་གཏམ་



མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲིན་པ་ལས་ལོངས་སྟོང་འབྱུང་བར་  
 རིགས་ཀྱང་། གཏོང་བ་པོ་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པ་གཞན་ལ་ཕན་པའི་བསམ་པ་  
 སྤངས་ནས་རང་གི་དོན་འབའ་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ནོར་ཆུང་དུ་བཏང་ནས་དེའི་རྣམ་  
 པར་སྒྲིན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འདོད་པ་དག་གི་སྒྲིན་པ་ལ་ལོངས་སྟོང་ཅི་ལྟར་འབྱུང་ཞེ་ན།  
 དེ་ནི་གཏོང་བ་པོ་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་ཡང་། སྒྲིན་པས་རང་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་  
 འབྲས་བུ་འབྱེན་པར་བསྟན་པའི་བྱིར། སྒྲིང་རྗེ་དམན་ཞིང་གིན་དུ་རྒྱབ་སེམས་  
 ཅན། །རང་དོན་ལྟར་ལེན་ནི་དུ་གྱུར་པ་གང་། །དེ་དག་གི་ཡང་འདོད་པའི་ལོངས་  
 སྟོང་རྣམས། །སྟུག་བསྐལ་ཉེར་ཞིའི་རྒྱར་གྱུར་སྒྲིན་ལས་འབྱུང་། །ཞེས་སྒྲོས་ཏེ།  
 གཏོང་བ་པོ་སྒྲིང་རྗེ་དམན་པས་གཞན་ལ་ཕན་པའི་བསམ་པ་སྤངས་ཤིང་ཁྱོ་བ་  
 ཤས་ཆེ་བས་གིན་དུ་རྒྱབ་པའི་སེམས་ཅན། རང་གི་དོན་འབའ་ཞིག་ལྟར་ལེན་པ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་དག་གིས་ཆོང་པ་བཞིན་དུ་ནོར་ཆུང་ཟད་བཏང་བས་དེའི་འབྲས་བུ་  
 ནོར་གྱི་སྤང་པོ་ཆེན་པོ་འདོད་ནས་བཏང་བའི་སྒྲིན་པ་ལས་བྱུང་བའི་བསོད་ནམས་  
 བྱ་བའི་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱང་། མ་འོངས་པ་ན་བཀའ་སྒྲོམ་ལ་སོགས་པའི་སྟུག་  
 བསྐལ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ཟས་གོས་ལ་སོགས་པའི་ལོངས་སྟོང་རྣམས་  
 འབྱུང་བའི་རྒྱ་རུ་འགྱུར་རོ། །དེ་དག་གི་ཡང་སྒྲིན་བྱུང་དངོས་པོ་རྣམས། །སྟུག་  
 བསྐལ་ཉེར་ཞིའི་ལོངས་སྟོང་རྒྱ་རུ་འགྱུར། །ཞེས་པའི་དོན་དུ་འགྲེལ་པས་བཤད་  
 རོ། །དེ་ལྟར་སྒྲིན་པ་མངོན་པར་མཐོང་བའི་རྒྱར་བསྟན་ནས། རེས་པར་ལེགས་  
 པའི་རྒྱར་ཡང་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར། འདི་ཡང་སྒྲིན་པའི་སྐབས་ཀྱི་ནམ་ཞིག་ཆོ། །

འཕགས་པའི་སྐྱེ་བོ་དང་ཕྱད་ལྷུང་དུ་ཐོབ། །དེ་ནས་སྤྱད་རྒྱན་ཡང་དག་བཅད་བྱས་  
 ཏེ། །དེ་ཡི་རྒྱ་ཅན་ཞི་བར་འགྲོ་བར་འགྱུར། །སྦྱོར་བདག་གཏོང་བ་པོ་གང་གི་  
 ཐད་དུ་དམ་པ་དག་གིས་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་གཏོང་བ་པོ་ཚུ་ལ་  
 དང་མི་མཐུན་པ་འདི་འདྲ་སྦྱོར་པ་ལ་མོས་པ་ན། སྦྱོར་བའི་སྐབས་ཀྱི་དུས་ནམ་ཞིག་  
 གི་ཆོ་འཕགས་པའི་སྐྱེ་བོ་དང་ཕྱད་པ་ལྷུང་དུ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ནས་དེས་ཉི་  
 བར་བསྟན་པ་ལས་ལམོར་བ་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་པར་རིག་ནས་འཕགས་པའི་ལམ་  
 གྲི་མ་མེད་པ་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་ནས་མ་རིག་པ་སྤངས་ཏེ། སྐྱེ་བ་དང་འཆི་བ་གཅིག་  
 ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་པའི་སྤྱད་པའི་རྒྱན་ཡང་དག་པར་བཅད་པར་བྱས་ཏེ། འཕགས་  
 ལམ་དའི་རྒྱ་ཅན་གྱི་ཞི་བ་ལྷུང་ན་ལས་འདས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་རེ་ཞིག་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའ་མ་ཡིན་པ་དག་གི་སྦྱོར་བའང་མངོན་མཐོ་དང་། ལྷུང་ན་ལས་  
 འདས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྦྱོར་བ་བྱང་པར་དུ་  
 བསྐྱེད་པ་ནི། འགྲོ་ལ་ཕན་པར་དམ་བཅས་ཡིད་ཅན་རྣམས། །སྦྱོར་པས་རིང་  
 པོར་མི་ཐོགས་དགའ་བ་ཐོབ། །བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ནི་སྦྱོར་  
 པའི་རྣམ་སྦྱོར་ལ་རེ་བའི་ཕྱིར་སྦྱོར་པ་དང་དུས་གཅིག་ཁོ་ནར་སྦྱོར་པའི་འབྲས་བུ་  
 ཡོངས་སྤྱོད་པ་མ་ཡིན་པས་སྦྱོར་པ་ལ་མི་འདུག་པ་སྤྱད་ན། འགྲོ་བ་མཐའ་དག་ལ་  
 ཕན་པར་དམ་བཅས་གིང་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཡིད་ཅན་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་  
 རྣམས་ནི་སྦྱོར་པ་དང་དུས་མཉམ་པ་ཁོ་ནར་སྦྱོར་པའི་འབྲས་བུ་ཡོངས་སྤྱོད་པ་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་སྦྱོར་པའི་རྣམ་པར་སྦྱོར་པ་ལ་རེ་བ་མེད་པར་གཞན་བདེ་བ་

འབའ་ཞིག་འདོད་པའི་ཕྱིར། སྒྲིན་པས་ཡུན་རིང་པོ་མི་ཐོགས་པར་སྒྲོང་མོ་བ་དག་  
 ཚེས་པར་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ཡིད་དགའ་བ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་ཆེ་སྒྲིན་པ་ལ་དགའ་བར་འགྱུར་རོ། །སྒྲིང་རྗེ་ཙན་དང་སྒྲིང་རྗེ་མེད་ལ་ཡང་། །  
 དེ་ཕྱིར་སྒྲིན་པའི་གཏམ་ཉིད་རྩ་བར་འདོད། །སྒྲིང་རྗེ་ཙན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 རྣམས་དང་། སྒྲིང་རྗེ་མེད་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་འང་མདོན་པར་མཐོ་བ་དང་ངེས་  
 པར་ལེགས་པའི་རྒྱ་སྒྲིན་པ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་སྒྲིན་པ་ལ་བསྐྱགས་པའི་གཏམ་ཉིད་  
 དགེ་ལེགས་ཀུན་གྱི་རྩ་བར་འདོད་དོ། །གང་ལས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
 སྒྲིན་པ་ལ་གུས་པར་འགྱུར་བ་སྒྲོང་མོ་བ་རྣམས་ཡིད་ཚེས་པའི་བཞིན་མཐོང་བ་  
 ལས་བྱང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་དགའ་བའི་བྱད་པར་དེ་ཅི་འདྲ་བ་  
 ཞིག་ཅི་ན། ཇི་སྟར་བྱིན་ཅིག་ཅིས་སྐྱ་ཐོས་སེམས་ལས། །རྒྱལ་སྤྱས་བདེ་འབྱུང་དེ་  
 ལྟར་བྱབ་རྣམས་ལ། །ཞི་བར་ཞུགས་པས་བདེ་བར་བྱེད་མིན་ན། །ཐམས་ཅད་  
 བཏང་བས་ལྟ་ཞིག་སྒྲོས་ཅི་དགོས། །ཇི་སྟར་སྒྲོང་མོ་བ་དག་མདུན་དུ་འོངས་ཏེ་  
 བདག་ཅག་ལ་ལུས་དང་ལོངས་སྒྲིད་ཀྱི་བྱད་པར་འདི་དང་འདི་འདྲ་བ་དག་བྱིན་  
 ཅིག་ཅིས་པའི་སྐྱ་ཐོས་ཏེ། འདི་དག་ནི་བདག་ལ་སྒྲོང་བ་པོ་སྟམ་དུ་སེམས་པའི་  
 གནས་སྐབས་ལས་རྒྱལ་སྤྱས་རྣམས་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཡིད་ལ་བདེ་བ་འབྱུང་བ་  
 དེ་སྟར་བྱབ་པ་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཞི་བ་མུ་ངན་  
 ལས་འདས་པར་ཞུགས་པས་ཀྱང་བདེ་བར་མི་བྱེད་ན། ཕྱི་ནང་གི་བདོག་པ་ཐམས་  
 ཅད་བཏང་བས་སྒྲོང་མོ་བ་རྣམས་ཚེས་པའི་ལུས་རག་གི་རྣམ་འགྱུར་མཐོང་བ་དང་



ཐོས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགའ་བའི་བྱང་པར་ཚད་ཅི་  
 ཅུམ་ཞིག་ཡོད་པ་ལྟ་ཞིག་སྟོས་ཅི་དགོས། དེ་ལྟར་བྱིན་དག་གི་བདོག་པ་བམས་ཅད་  
 གཏོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལུས་དང་ཡན་ལག་གཏོང་བ་སོགས་ཀྱི་གནས་  
 སྐབས་ན་ལུས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཡང་མི་འབྱུང་ངམ་ཞེ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་  
 གཉིས་ཏེ། ཆགས་པ་མེད་པའི་ས་ལ་གནས་པ་དང་། ཆགས་པ་དང་བཅས་པའོ། །  
 དེ་ལ་ཆགས་པ་མེད་པའི་ས་ལ་གནས་པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་ནི་སེམས་  
 མེད་པ་རྣམས་བཅད་པ་ལྟར་ལུས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་འབྱུང་བ་མི་སྲིད་དེ། ལུས་རང་  
 བཞིན་མེད་པར་མཐོང་བའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་འཕགས་པ་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་  
 ཏིང་ངེ་འཛིན་ལས། འདི་ལྟ་སྟེ་དཔེར་ན། ཤིང་སྤུ་ལ་ཆེན་པོའི་ཚལ་ཞིག་ཡོད་ལ་  
 དེར་འགའ་ཞིག་འོངས་ནས་སྤུ་ལ་གཅིག་བཅད་པ་ན་དེར་ཤིང་སྤུ་ལ་ལྷག་མ་དེ་  
 རྣམས་འདི་ནི་བཅད་པའོ། །བདག་ཅག་རྣམས་ནི་མ་བཅད་པའོ་སྟུམ་དུ་མི་སེམས་  
 ཤིང་དེ་དག་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་དང་ཁོང་སྟོ་བ་མེད་དོ། །རྟོག་པ་དང་རྣམ་པར་  
 རྟོག་པ་མེད་དོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བཟོད་པ་དེ་ལྟ་བུ་གང་ཡིན་པ་འདི་ནི་བཟོད་  
 པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་མཆོག་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་།  
 རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱིང་བ་ལས་ཀྱང་། དེ་ལ་ལུས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་མེད། །ཡིད་ཀྱི་སྤྲུག་  
 བསྐྱེད་ག་ལ་ཡོད། །དེ་ནི་སྟོང་རྗེས་འཛིག་ཏེན་སྤྲུག་ །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ཡུན་རིང་  
 གནས། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཆགས་པ་མེད་པའི་གནས་སྐབས་མ་  
 ཐོབ་པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་ལུས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་འབྱུང་མོད། །འོན་ཀྱང་

དེ་དག་གི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དེ་ནི་སྒྲིང་རྗེའི་དབང་གིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་འདུག་  
 པའི་རྒྱར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར། ལུས་བཅད་སྟེར་ཞིང་བདག་གི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས། །  
 གཞན་དག་རྣམས་ཀྱི་དཔྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི། །སྐྱུག་བསྐྱེལ་རང་རིག་ཉིད་དུ་  
 མཐོང་ནས་དེ། །གཅད་པར་བྱ་བྱིར་དེ་ནི་བརྩོན་པར་བྱེད། །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ལུས་བཅད་དེ་སྟེར་བ་ལས་བྱུང་བའི་བདག་གི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་  
 བ་ན། དེ་ལས་རྗེས་སུ་དཔགས་ནས་སེམས་ཅན་གཞན་དག་གི་དཔྱལ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་རན་སོང་གསུམ་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྣམས་ནི་འདི་ལས་ཀྱང་བརྒྱ་འགྱུར་གྱིས་ལྷག་  
 གོ་སྒྲིམ་དུ་བསམས་ནས་དེ་དག་གི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མི་བཟོད་པས་རང་རིག་པའི་ཚུལ་  
 ཉིད་དུ་མཐོང་ནས། རང་གི་ལུས་ཀྱི་ཤ་བཅད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བྱུང་  
 དུ་བསང་ནས་དེ་དག་གི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དེ་རྒྱན་གཅད་པར་བྱ་བའི་བྱིར་དུ་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་དེ་ནི་བརྩོན་པ་ཆེར་སྦྱོང་པར་བྱེད་དོ། །

གསུམ་པ་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡར་བྱིན་གྱི་དབྱེ་  
 བ་བསྟན་པའི་བྱིར། བྱིན་པ་བྱིན་བྱ་ལེན་པོ་གཏོང་པོས་སྟོང་། །འཇིག་རྟེན་འདས་  
 པའི་ཕ་རོལ་བྱིན་ཅེས་བྱ། །ཞེས་སྒྲོས་ཏེ། བྱིན་པ་འདི་འང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་དུ་  
 བྱིན་པས་ཡོངས་སུ་བྱིན་ཏེ། བྱིན་པར་བྱ་བ་དང་། ལེན་པ་པོ་དང་། གཏོང་པ་པོས་  
 སྟོང་ཞིང་དམིགས་པ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ན་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཕ་རོལ་  
 དུ་བྱིན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལས་  
 གསུངས་ཏེ། ལའོར་གསུམ་དུ་མི་དམིགས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནི་དོན་དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གནས་སྐབས་མ་ཐོབ་  
 པ་དག་ལ་མེད་དོ། །གཞན་ཡང་། གསུམ་པོ་དག་ལ་ཆགས་སྐྱེས་གྱུར་པས་དེ། །  
 འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་པ་རོལ་ཕྱིན་ཅེས་བསྟན། །སྐྱིན་པ་གང་ལ། སྐྱིན་བྱ་དང་། ལེན་  
 པ་པོ་དང་། གཏོང་པ་པོ་དང་གསུམ་པོ་དག་ལ་ཆགས་པ་སྐྱེས་ཤིང་མདོན་པར་  
 ཞེན་པར་གྱུར་པ་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཞེས་བསྟན་ཏེ། འཁོར་  
 གསུམ་དུ་དམིགས་པ་ནི་ཐ་སྙད་ཀྱི་བདེན་པས་བསྐྱེས་པས་འཇིག་རྟེན་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་སའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་མཐུག་བསྐྱེད་བ་བསྟན་  
 པ་ནི། དེ་ལྟར་རྒྱལ་བྱས་ཡིད་ལ་རབ་གནས་ཤིང་། །དམ་པའི་རྟེན་ལ་འོད་ཆགས་  
 མཛེས་གྱུར་པའི། །དགའ་བ་འདི་ནི་མོར་བུ་རྩ་ཤེལ་བཞིན། །མུན་སྟག་ཐམས་ཅད་  
 རྣམ་པར་བསལ་ནས་རྒྱལ། །གོང་དུ་བཤད་པའི་རྩལ་དེ་ལྟར་ས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་འདི་  
 ནི་རང་གི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་མུན་པ་སྟག་པོ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་བསལ་  
 ནས་རྒྱལ་བར་འགྱུར་རོ། །དཔེ་ཅི་དང་འདྲ་བར་ཞེན། མོར་བུ་རྩ་ཤེལ་ལས་གྲུབ་  
 པའི་སྒྲ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྗོགས་པ་བཞིན་དུའོ། །ས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་  
 དེའང་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་ཅི་ན། སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོ་ཐོབ་པའི་རྒྱལ་བའི་བྱས་ཀྱི་  
 ཡིད་ལ་རབ་ཏུ་གནས་ཤིང་། དམ་པའི་རྟེན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
 པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་འོད་ཆགས་ཤིང་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་དྲི་མ་མེད་པས་མཛེས་པར་  
 གྱུར་པ་ཞིག་གོ། །དབུ་མ་ལ་འཐུག་པ་ལས། རབ་ཏུ་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོའི་རྣམ་པར་བཤད་པའོ། ། །



༥ དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་སེམས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་པ་དྲི་མ་མེད་པ་  
 བཤད་པར་བྱའོ། །དེའང་དོན་གསུམ་གྱིས་རིག་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་ཚུལ་བྲིམས་  
 རྣམ་པར་དག་པའི་སྒྲོན་མ་སའི་ངོ་བོ་བསྟན་པ་དང་། ཞུར་ལ་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྟན་གས་  
 པ་བསྟན་པ་དང་། སའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་ནས་མཐུག་བསྟུ་བའོ། །དང་པོའི་དབང་  
 ཏུ་བྱས་ནས། དེ་ཚུལ་ཕུན་ཚོགས་ཡོན་ཏན་དག་ལྟན་ཕྱིར། ཁྱི་ལམ་དུ་ཡང་འཆལ་  
 ཚུལ་དྲི་མ་སྤངས། །ཞེས་སོགས་སྒྲོན་ཏེ། སེམས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་པ་ལ་གནས་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ཚུལ་བྲིམས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པས་རང་གི་སའི་  
 ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར་ཁྱི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུའང་  
 འཆལ་བའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་དྲི་མ་སྤངས་ཤིང་མི་སྟོང་ན་སང་པའི་ཆེ་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་  
 ཅི་དགོས། དེ་ལ་ཚུལ་བྲིམས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞེ་ན། ངོ་བོ་སྟོང་བ་བདུན་གྱི་  
 བདག་ཅིང་ཡིན་ལ་མ་ཆགས་པ་ལ་སོགས་དགེ་བའི་རྩ་བ་གསུམ་གྱིས་ཀྱན་ནས་  
 བསྐྱངས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ཀྱན་སྟོང་དང་བཅས་ན་ལས་ཀྱི་ལམ་བཟུའི་རང་བཞིན་དུ་  
 རྣམ་པར་བཞག་གོ། ཅིའི་ཕྱིར་ཚུལ་བྲིམས་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། ཉོན་མོངས་པ་དང་དུ་མི་  
 ལེན་པའི་ཕྱིར་དང་། ལྷག་པ་མི་འབྱུང་བས་སེམས་ལ་ཡིད་གཙག་པའི་མ་ཞི་བས་  
 བསེལ་བ་ཅིང་གྱི་ཕྱིར་རམ། བདེ་བའི་རྒྱར་གྱུར་པས་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟེན་  
 པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཚུལ་བྲིམས་ཞེས་བྱའོ། །འཆལ་བའི་ཚུལ་བྲིམས་ནི་དེའི་  
 མི་མཐུན་སྟོགས་སུ་གྱུར་པ་མི་དགེ་བ་བཟུའི་ལས་ཀྱི་ལམ་རྣམས་སོ། །ཡང་ངེ་  
 ལྟར་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ཚུལ་བྲིམས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པས་ཡོན་ཏན་

ཡོངས་སུ་དག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱི་རྒྱ་བ་དག་གྱུར་པས། །དམ་པའི་  
 ལས་ལམ་བརྟུ་ཆར་སོགས་པར་བྱེད། །ས་གཉིས་པ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་འདི་ནི་ལུས་དང་ངག་དང་ཡིད་ཀྱི་རྒྱ་བ་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་དྲི་མས་  
 དག་པར་གྱུར་པས། དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟེན་པའི་དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་ལམ་བརྟུ་  
 ཆར་རང་གི་རང་གིས་བསོག་པར་བྱེད་པ་དེའི་ཕྱིར་ཚུལ་ཁྲིམས་ལུན་སུམ་ཆོགས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་མདོ་སྟེ་ས་བརྟུ་པ་ལས། ཀྱེ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་དག་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་ས་དྲི་མ་མེད་པ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་རང་  
 བཞིན་གྱིས་སྟོག་གཅོད་པ་སྤངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པ་ནས། ལྷ་བ་བྱང་ཞིང་གཡོ་  
 མེད་ལ་སྒྱུ་མེད་པས་སངས་རྒྱས་དང་། ཆོས་དང་། དགེ་འདུན་དག་ལ་བསམ་པ་  
 ཇེས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ཅི་ལས་ཀྱི་ལམ་འདི་  
 དག་སེམས་དང་པོ་བསྐྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་བསོག་པར་མི་བྱེད་དམ་ཞེ་  
 ན། དེས་ཀྱང་བསོག་པར་བྱེད་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་། དགེ་བའི་ལམ་འདི་ལྷ་ཞིག་  
 བརྟུ་ཆར་ཡང་། །དེ་ལ་ཀླགས་ཏེ་གིན་ཏུ་དག་པར་འགྱུར། །དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་  
 ལམ་འདི་བརྟུ་ཆར་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་པ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་དེ་ལ་ཀླགས་ཏེ་གིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པར་འགྱུར་གྱི། དེ་ཙམ་ཏུ་  
 སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །  
 དེའི་ཕྱིར། སྟོན་ཀའི་སྟེ་ལྷ་ར་རྟག་ཏུ་རྣམ་དག་སྟེ། །ཞི་འོད་ཆགས་པ་དེ་དག་གིས་  
 རྣམ་མཛེས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་སྟོན་དང་བྲལ་པའི་སྟོན་ཀའི་སྟེ་བ་ལྷ་ར་

རྟག་ཏུ་འཆལ་བའི་ཚུལ་བྱིས་མས་རྣམ་པར་དག་སྟེ། དབང་པོ་བསྐྱམས་  
 པས་ཞི་ཞིང་། འོད་ཆགས་པ་ལྟར་ལྟམ་མེར་ཚུལ་བྱིས་མས་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་དག་  
 གིས་རྣམ་པར་མཛེས་སོ། །ཚུལ་བྱིས་མས་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཞན་བསྐྱུར་བའི་  
 ཕྱིར། གལ་ཏེ་འདི་ནི་བྱིས་མས་དག་རང་བཞིན་ལྟ། །དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་ཚུལ་བྱིས་མས་དག་  
 མི་འགྱུར། །ཅེས་སྒྲིམ་ཏེ། གལ་ཏེ་ཚུལ་བྱིས་མས་སྐྱུང་བ་པོའི་གང་ཟག་འདི་ནི་རང་  
 ཉིད་ཚུལ་བྱིས་མས་རྣམ་པར་དག་པའི་རང་བཞིན་དུ་ལྟ་བར་བྱེད་ན། དེའི་ཕྱིར་དེ་ནི་  
 ཚུལ་བྱིས་མས་རྣམ་པར་དག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཚུལ་བྱིས་མས་ཀྱི་སྒྲིམ་པའི་དྲི་མ་དང་  
 ལྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་འདགས་པ་དགོན་མཆོག་བརྟེན་པ་ལས། འོད་  
 སྐྱུངས་འདི་ལ་དག་སྒྲིང་ཁ་ཅིག་ཚུལ་བྱིས་མས་དང་ལྟན་པ་ཡིན་ཏེ། སོ་སོར་བར་པའི་  
 སྒྲིམ་པས་བསྐྱམས་ཤིང་གནས། ཆོག་དང་སྒྲིང་ཡུལ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ། ཁ་ན་  
 མ་ཐོ་བ་ཕྱ་བ་ཅུམ་ལའང་འཛིག་པར་ལྟ། ཡང་དག་པར་སྐྱུངས་ཏེ་བསྐྱུང་བའི་གཞི་  
 ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲིབ་ཅིང་ལུས་དང་དག་དང་ཡིད་ཀྱི་ལས་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་  
 ལྟན་པར་གྱུར་པས་འཆོ་བ་ཡོངས་སུ་དག་ཀྱང་བདག་ཏུ་སྒྲིབ་པ་ཡིན་ཏེ། འོད་སྐྱུངས་  
 དེ་ནི་ཚུལ་བྱིས་མས་འཆལ་བ་ཚུལ་བྱིས་མས་དང་ལྟན་པ་ལྟར་བཅོས་པ་དང་པོའོ། །ཞེས་  
 སོགས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་རྟག་ཏུ་གསུམ་ཆར་ལའང་། །གཉིས་སྒྲིང་  
 རྒྱ་བ་ཡང་དག་བྱལ་བར་འགྱུར། །གང་གི་ཕྱིར་མདོན་པར་ཞེན་པ་དང་ལྟན་པ་ནི་  
 ཚུལ་བྱིས་མས་རྣམ་པར་དག་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་དྲི་མ་མེད་པ་ལ་གནས་པའི་བྱང་  
 རྒྱུ་མེས་མས་དཔའ་དེ་ནི་རྟག་ཏུ་གཞི་གང་ལས་སྒྲིང་བ་དང་། གང་ཞིག་སྒྲིང་བ་དང་།



གང་གིས་སློང་བར་བྱེད་པ་གསུམ་ཆར་ལའང་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་ལ་  
 སོགས་པ་གཉིས་སློང་རྒྱ་བ་ཡང་དག་པར་བྲལ་བར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ཚུལ་  
 བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱུགས་པ་ལའང་། ཚུལ་བྲིམས་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་རྟེན་དུ་བསྐྱེད་པ་དང་།  
 བྱང་སེམས་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་མི་མཐུན་སྟོགས་དང་མི་འགྲོགས་པར་བསྐྱེད་པ་དང་།  
 འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་དབྱེ་བ་བསྐྱེད་པའོ། །དང་པོའི་དབང་  
 དུ་བྱས་ནས། སློང་པོ་ཚུལ་བྲིམས་རྒྱ་བ་ཆག་གྱུར་ན། སྦྱོར་པས་ལོངས་སློང་ལྷན་  
 ཡང་རུང་འགྲོར་ལུང་། ཞེས་སོགས་སློས་ཏེ། གཏོང་བ་པོ་ཚུལ་བྲིམས་དང་ལྷན་  
 པའི་སྦྱོར་པ་ལས་ནི་ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་པའི་ལོངས་  
 སློང་ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། གཏོང་བ་པོའི་སློང་པོ་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཆག་སྟེ་ཚུལ་  
 བྲིམས་འཆལ་བར་གྱུར་ན། སྦྱོར་པས་ལོངས་སློང་དང་ལྷན་པ་ཐོབ་ཀྱང་ནི་ཆོ་བའི་  
 སེམས་ཅན་དཔུལ་བ་དང་། སྤྱང་དང་། ཡི་དཀའ་སྤྱང་འབྲུལ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པའི་  
 རུང་འགྲོར་ལུང་བར་འགྱུར་ཞིང་། དེར་སྦྱོར་པའི་འབྲས་བུ་ལ་ལོངས་སློང་པར་  
 འགྱུར་རོ། །གཏོང་བ་པོ་ཚུལ་བྲིམས་དང་ལྷན་པའི་སྦྱོར་པ་ལས་ནི་ལྷ་དང་མིའི་  
 ཡུལ་དུ་ལོངས་སློང་ཐོབ་པ་ན། སྤྱང་ཡང་སྦྱོར་པ་བཏང་བ་ལས་སྦྱོར་པའི་འབྲས་  
 བུ་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་ལོངས་སློང་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་རྒྱ་བ་དང་  
 བྲལ་བའི་སྦྱོར་པ་ལས་ནི་ལོངས་སློང་རྒྱུན་མི་ཆད་པ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྷ་སྟེ།  
 སློང་བཅས་རྩ་བ་ལོངས་སྤྱང་བས་ན། སྦྱོར་ཆད་དེ་ལ་ལོངས་སློང་འབྱུང་མི་  
 འགྱུར། །རན་སོང་དུ་སྦྱོས་པ་རྣམས་ནི་ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལ་སྤོངས་པའི་

བྱིར་སྒྲིམ་གྱི་སྒྲིམ་པའི་འབྲས་བུ་སྒྲིད་དང་བཅས་པ་ལོངས་སྒྲིད་པ་ཅུ་ཟད་གྱི།  
 བྱི་མའི་འབྲས་བུའི་དོན་དུ་སྒྲིམ་པ་གཞན་སྟེ་ལ་བར་མི་བྱེད་པས་བྱི་མའི་ལོངས་  
 སྒྲིད་གྱི་རྩ་བ་ལོངས་སུ་ཟད་པས་ནི། བྱིན་ཆད་གང་ཟག་དེ་ལ་ལོངས་སྒྲིད་འབྱུང་  
 བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཚུལ་བྲིམས་གྱི་རྒྱུ་པ་དང་བྲལ་ན་བྱིན་ཆད་ལོངས་སྒྲིད་མི་  
 འབྱུང་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་གྱི། རན་སོང་དུ་ལྷུང་ན་རན་སོང་ལས་ལྷུང་བར་  
 ཡང་གིན་ཏུ་དཀའ་བའོ། །ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར་པ་དབང་འདུག་ཅིང་མཐུན་  
 པའི་ཡུལ་གནས་པ། དེ་ཆོ་འདི་བདག་འཛིན་པར་མི་བྱེད་ན། །གཡང་སར་ལྷུང་  
 བས་གཞན་དབང་འདུག་འགྱུར་བ། དེ་ཆོ་དེ་ནས་གང་གིས་འབྱེན་པར་འགྱུར། །  
 ཞེས་སྒྲོས་ཏེ། དབའ་བོ་མཐུན་པའི་ཡུལ་ན་གནས་པ་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་བ་ལྷུང་  
 གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པར་རང་དབང་དུ་འདུག་ཅིང་ལམ་སྐྱབ་པ་དང་རྗེས་སུ་  
 མཐུན་པའི་ཡུལ་ལམ་ཉེན་ལྷ་དང་མའི་འགྲོ་བར་གནས་པས་དེའི་ཆོ་སྒྲིམ་བུ་འདི་  
 དག་ཚུལ་བྲིམས་བསྟུངས་ཏེ། བདག་ཉིད་རན་འགྲོ་ལས་འཛིན་པར་མི་བྱེད་ན།  
 དབའ་བོ་ལྷགས་སྒྲོག་གིས་བཅིངས་ཏེ་རི་སུལ་ཆེན་པོར་བསྐྱར་བ་ལྷུང་རན་སོང་  
 གསུམ་གྱི་གཡང་སར་ལྷུང་བས་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་དྲག་པོའི་གཞན་དབང་  
 གིས་འདུག་པར་འགྱུར་བ་དེའི་ཆོ་ཉམ་ང་བའི་གཡང་ས་དེ་ནས་ཐབས་གང་གིས་  
 འབྱེན་པར་འགྱུར། དེ་བྱིར་ཚུལ་བས་སྒྲིམ་པའི་གཏམ་མཛད་ནས། །ཚུལ་བྲིམས་  
 རྗེས་འགྲོའི་གཏམ་ཉིད་མཛད་པ་ཡིན། །གང་གི་བྱིར་དེ་ལྷུང་ཡིན་པ་དེའི་བྱིར་།  
 སྒྲིག་པའི་ཆོས་མཐའ་དག་པས་པར་མཛད་པའི་ཚུལ་བས་གདུལ་བུ་རྣམས་ལ་

ཐོག་མར་སྦྱོར་པ་ལ་བསྐྱགས་པའི་གཏམ་མཛད་ནས། དེའི་འོག་ཏུ་སྦྱོར་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཡོན་ཏན་རྒྱུད་མི་ཟ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཚུལ་བྲིམས་ལ་བསྐྱགས་པའི་གཏམ་  
 མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་རྒྱུ་མཚན་ཡང་། ཡོན་ཏན་རྒྱུད་ཕྱིར་ཚུལ་བྲིམས་ཞིང་དུ་རྒྱུ་ལ་འཕེལ་  
 བ། །འབྲས་བུ་ཉིད་སྦྱོང་ཆད་པ་མེད་པར་འགྱུར། །ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་ཉིད་དུ་གྱུར་  
 པའི་ཕྱིར་ཚུལ་བྲིམས་ཉིད་ཞིང་སྟེ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱོར་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་  
 ཏན་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་ལ་འཕེལ་བ་ན་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་བརྒྱུད་པ་གོང་ནས་གོང་  
 དུ་རིམ་པ་རྒྱུ་ལ་འཕེལ་བ་མ་ཆད་པའི་སྟོན་ནས་འབྲས་བུའི་ཆོག་མཆོག་པོ་ཡུན་རིང་བོར་  
 ཉིད་བར་ཡོངས་སྦྱོང་པ་རྒྱུན་ཆད་པ་མེད་པར་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར།  
 སོ་སོ་སྟེ་བོ་རྒྱུ་ལ་དང་གསུང་སྟེ་ལ་དང་། །རང་སངས་རྒྱས་ལ་རེས་པའི་བདག་ཉིད་  
 དང་། །རྒྱལ་སྐུ་རྒྱུ་ལ་ཉིད་པའི་མཛོན་པར་མཐོ་བ་དང་། །རེས་ལེགས་རྒྱ་ནི་རྒྱལ་  
 བྲིམས་ལས་གཞན་མེད། །སོ་སོ་སྟེ་བོ་དང་། ལུ་པའི་གསུང་ལས་སྟེ་ལ་པ་ཉིད་  
 ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་དང་། རྒྱལ་སྐུ་རྒྱུ་ལ་ཉིད་པའི་མཛོན་པར་མཐོ་བ་ལ་འཕོར་  
 པའི་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་། རེས་པར་ལེགས་པ་བདེ་བའང་མ་ཡིན་སྟེ། བསྐྱེད་པ་ལ་བའང་  
 མ་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་ཐར་པའི་རྒྱ་ནི། དགེ་བ་བརྒྱའི་ལས་ཀྱི་ལམ་གྱི་  
 རང་བཞིན་གྱི་རྒྱལ་བྲིམས་ལས་གཞན་མེད་དོ། །འདི་ལྟར་མི་མཐུན་ཕྱོགས་མི་  
 དགེ་བ་རྒྱུད་དུ་དང་། འབྲིང་དང་། ཆེན་པོར་སྦྱད་པ་ལས་ནི་ཡི་དུགས་དང་། དུད་  
 འགྲོ་དང་། དཔྱལ་བ་རྒྱུ་ལ་སྦྱོར་པ་ཕྱོད་པར་འགྱུར་ལ། དེའི་གཉེན་  
 པོ་དགེ་བ་བརྒྱའི་ལས་ཀྱི་ལམ་རྒྱུད་དུ་སྦྱད་པ་ལས་ནི་ལྟ་དང་མིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་



ཅིང་དེ་ཅིང་། ཁམས་གསུམ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བབྱུང་སྟེ་  
འབྱིང་དུ་སྤྱད་པ་ལས་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ།  
སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོས་ཡོངས་སུ་བབྱུང་སྟེ་ཆེན་པོར་སྤྱད་པ་ལས་ནི་སྤྲོ་ན་མེད་པའི་བྱང་  
ཆུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་མི་འགྲོགས་  
པར་བསྟན་པ་ནི། ཇི་ལྟར་རྒྱ་མཚོ་རོ་དང་ལྷན་ཅིག་དང་། །བཀྲ་ཤིས་སྣ་ནག་མ་  
དང་ལྷན་ཅིག་བཞིན། །དེ་ལྟར་ཚུལ་བྲིམས་དབང་བྱས་བདག་ཅིང་ཆེ། །དེ་འཆལ་  
བ་དང་ལྷན་ཅིག་གནས་མི་འདོད། །ཇི་ལྟར་རྒྱ་མཚོ་རོ་དང་ལྷན་ཅིག་ཞག་དུ་མི་  
གནས་ཤིང་བཀྲ་ཤིས་པའི་དགེ་མཚན་སྣ་ནག་མ་དང་ལྷན་ཅིག་མི་གནས་པ་  
བཞིན་དུ། གོང་དུ་བཤད་པའི་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པའི་དབང་  
དུ་བྱས་པའི་བདག་ཅིང་ཆེན་པོ་ས་གཉིས་པར་གནས་པ་དེ་འཆལ་བའི་ཚུལ་  
བྲིམས་དང་ལྷན་ཅིག་གནས་པར་མི་འདོད་དོ། །གསུམ་པ་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་  
རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ་ནི། གང་གིས་གང་ཞིག་  
གང་ལ་སྒྲོང་བྱེད་པ། །གསུམ་དུ་དམིགས་པ་ཡོད་ན་ཚུལ་བྲིམས་དེ། །འཇིག་རྟེན་  
པ་ཡི་ཕ་རོལ་ཕྱིན་ཅེས་བཤད། །བྱེད་པ་པོ་གང་གིས། སྒྲོག་གཙོང་ལ་སོགས་པའི་  
བྱ་བ་གང་ཞིག་ ལས་སུ་བྱ་བའི་གཞི་སེམས་ཅན་གང་ལ་སྒྲོང་བར་བྱེད་པ་གསུམ་  
དུ་དམིགས་པ་ཡོད་ན་ཚུལ་བྲིམས་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་ཞེས་  
བཤད་ལ། གསུམ་ལ་ཆགས་པས་སྒྲོང་སྟེ་འཇིག་རྟེན་འདས། །ཚུལ་བྲིམས་དེ་

ཉིད་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པས་ཟེན་དེ། གསུམ་པོ་འདི་ཉིད་ལ་ཆགས་པས་  
 ལྟོང་ཞིང་སངས་པར་ཞེན་པ་དང་བྲལ་ན་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་པ་རོལ་དུ་  
 བྱིན་པ་ཞེས་བྱའོ། །སའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་དེ་མཐུག་བསྟུ་བ་ནི། སྤྱིད་མིན་སྤྱིད་  
 པའི་དཔལ་གྱུར་རྒྱས་སྒྱས་ཀྱི། །སྒྲུབ་ལས་བྱུང་བྱི་བྲལ་བྱི་མེད་པ། །འདི་ཡང་  
 ལྟོན་ཀའི་སྒྲུ་འོད་རི་བཞིན་དུ། །འགྲོ་བའི་ཡིད་ཀྱི་གདུང་བ་སེལ་བྱེད་ཡིན། །འདི་  
 ནི་ལའོར་བའི་ཁོངས་སུ་མ་གཏོགས་པས་སྤྱིད་པ་མིན་ལ། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་  
 དེའི་རྗེས་སུ་འབྱང་བའི་བྱིར་དང་། སྤྱིད་བཞིའི་དབང་ལྷག་ལུན་སུམ་ཆོགས་པའི་  
 རྒྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་སྤྱིད་པའི་དཔལ་དུ་གྱུར་པ་ས་གཉིས་པ་ལ་གནས་པའི་རྒྱལ་སྒྱས་  
 ཀྱི་སྒྲུབ་ལས་བྱུང་བ་དགེ་བ་བཙུའི་ལས་ལས་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱི་མ་དང་བྲལ་  
 བའི་བྱི་མ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ས་འདི་འང་། རྗེ་ལྷར་ལྟོན་ཀའི་སྒྲུ་བའི་འོད་བྱི་མ་  
 དང་བྲལ་བས་སྒྲུ་བའི་གདུང་བ་སེལ་བར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་  
 འཆལ་བའི་རྩལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཡིད་ཀྱི་གདུང་བ་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་  
 བོ། །དབུ་མ་ལ་འཐུག་པ་ལས། བྱི་མ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་བྱང་རྩལ་སེམས་དཔའི་  
 སེམས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་པའི་བཤད་པའོ། །

ད་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་པ་འོད་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཅན་  
 བཤད་པར་བྱའོ། །དེའང་བསྟུས་པའི་དོན་གསུམ་གྱིས་རིག་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྷར་  
 ཁྱད་གཞི་སའི་རོ་བོ། ཁྱད་ཆོས་སའི་ཡོན་ཏན། སའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་དེ་མཐུག་  
 བསྟུ་བའོ། །དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། ཤེས་བྱའི་བྱད་ཤིང་མ་ལུས་སྟེག་པའི་

མེ། །འོད་འབྱུང་ཕྱིར་ན་གསུམ་པའི་ས་འདི་ནི། །འོད་བྱེད་པ་སྟེ། །ཞེས་སོགས་  
 སྒྲིམ་དེ། སེམས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་པའི་སྐབས་འདིར་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པའི་བྱད་ཤིང་  
 མ་ལུས་པ་སྟེག་པར་བྱེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་ཞི་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་འོད་འབྱུང་  
 བའི་ཕྱིར་ན། སེམས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་པ་འདི་དག་ནི་ས་འོད་བྱེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །  
 དེའི་ཆོ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེའི་འོད་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་འབྱུང་ཞེ་ན། བདེ་ག་ཤེགས་སྤྱུང་པོ་ལ། དེ་  
 ཆོ་ནི་འོད་ཟངས་འདྲའི་སྒྲུང་བ་འབྱུང་། །བདེ་ག་ཤེགས་སྤྱུང་པོ་དེ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་པ་  
 གསུམ་པ་ཐོབ་པ་དེའི་ཆོ། ཇི་ལྟར་ནི་མ་འཆར་བའི་སྤྲོ་རོལ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་  
 འོད་ཟངས་ཀྱི་མདོག་དང་འདྲ་བ་འབྱུང་བ་ལྟར་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ས་གཉིས་པ་ལ་  
 ལྟོས་དེ་ཆེས་གསལ་བ་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་བྱུང་ཆོས་སའི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་ལ། གཙོ་བོ་བཟོད་པའི་ཕར་  
 ཕྱིན་བསྟན་པ་དང་། ཕལ་པ་བསམ་གཏན་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གཞན་བསྟན་པ་  
 གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལ། ས་དེར་བཟོད་པའི་ཕར་ཕྱིན་ལྷག་པར་བསྟན། ཞར་ལ་  
 བཟོད་པའི་བསྟགས་པ་བསྟན། འཛིག་རྟེན་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་དབྱེ་  
 བ་དང་གསུམ་མོ། །དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། གལ་ཏེ་གནས་མིན་འབྲུག་པ་  
 འགའ་ཞིག་གིས། །དེ་ཡི་ལུས་ལ་རུས་པ་དང་བཅས་ཤ། །སྤང་རེ་ཡུན་རིང་དུས་སུ་  
 གཙོད་བྱེད་ཀྱང་། །གཙོད་བྱེད་དེ་ལ་བཟོད་པ་ལྷག་པར་སྟེ། །ཞེས་སྒྲིམ་དེ། གལ་  
 ཏེ་ཁོང་ཁྱོད་སྟེ་བའི་གནས་ས་ཡིན་པ་གཞོད་པ་མི་བྱེད་པའི་བྱད་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 ལའང་སེམས་ཁོང་ནས་འབྲུག་ཅིང་ཁྱོད་པ་སྟེ་བའི་གང་ཟག་འགའ་ཞིག་གིས་



སེམས་དཔའ་དེའི་ལུས་ལ་རུས་པ་དང་བཅས་པའི་ག་སྒར་རེ་རེ་ཞིང་ཡུན་རིང་  
 བའི་དུས་སུ་སྤོང་ཅིང་སྤོང་ཅིང་གཅོད་པར་བྱེད་ཀྱང་། རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་གཅོད་  
 པར་བྱེད་པ་དེ་ལ་སེམས་འབྱུག་པར་མི་འགྱུར་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་གྱི། ལས་  
 དེའི་རྒྱ་ལས་དཔུལ་བ་ལ་སྟགས་པའི་སྟུག་བསྐལ་མི་ཟད་པ་སྦྱིང་བར་འགྱུར་རོ་  
 སྟམ་དུ་བསམས་ནས་བཟོད་པ་ལྷག་པར་སྦྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་སྦྱིང་རྗེའི་  
 སྦྱོབས་གྱིས་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་བཟོད་པ་ལྷག་པར་སྦྱེ་བར་བསྟན་ནས། ཤེས་  
 རབ་གྱི་སྦྱོབས་གྱིས་ཀྱང་བཟོད་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བདག་མེད་ལྟ་བུའི་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཡིས། །གང་གིས་གང་ལ་གང་ཆེ་ཅི་བཅད་ཅེས། །གང་ཕྱིར་དེ་  
 ཡིས་ཆོས་ཀྱན་གཟུགས་བརྟན་ལྟར། །མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཡང་དེ་ཡིས་བཟོད་པར་  
 འགྱུར། །ཞེས་སྒྲོས་ཏེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པར་ལྟ་  
 བའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་། གཅོད་པ་པོ་གང་གིས། གཅོད་བྱ་གང་ལ། དུས་  
 རྣམ་གྱི་ཆོ། རྣམ་པ་ཅི་ཞིག་བཅད་ཅེས་འཁོར་གསུམ་དུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་  
 ཕྱིར་ཡང་སེམས་དཔའ་དེས་གཞོད་པ་བཟོད་པར་འགྱུར་རོ། །འཁོར་གསུམ་དུ་མི་  
 རྟོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། གང་གི་ཕྱིར་དེ་ཡིས་ཕྱི་དང་ནང་གི་ཆོས་ཀྱན་གཟུགས་  
 བརྟན་ལྟར་རང་བཞིན་མེད་པར་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞུལ་ལ་བཟོད་པའི་བསྟགས་  
 པ་བསྟན་པ་ལ། མི་མཐུན་སྟུགས་སྟོབ་ལས་སྟོག་པར་རིགས་པར་གདམས་པ།  
 གཉིན་པོ་བཟོད་པ་ལ་འདུག་པར་གདམས་པའོ། །དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས།  
 གཞོད་པ་བྱས་པས་གལ་ཏེ་དེར་བཀོན་ན། །དེ་ལ་བཀོན་པས་བྱས་ཟིན་སྟོག་གམ་

ཅི་། །དེ་ཕྱིར་དེར་བཀོན་ངེས་པར་འདིར་དོན་མེད། །འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཡང་ནི་  
 འགལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་སྒྲིན་ཏེ། གཞན་གྱིས་བདག་ལ་གཞོད་པ་བྱས་པས་  
 གལ་ཏེ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་པོ་དེར་བཀོན་ཅིང་ཞེ་བརྟམ་པར་བྱེད་པས་ན། དེ་ལ་ཞེ་  
 བཀོན་ཅིང་བརྟམ་ལ་བྱོ་བར་བྱས་པས་སྒྲར་བདག་ལ་གཞོད་པ་བྱས་ཟིན་པ་དེ་  
 ལྷོག་གསུམ་ཅི། གང་གིས་ན་དེ་ལ་ཞེ་བརྟམ་པར་བྱེད། དེའི་ཕྱིར་གཞོད་པ་བྱེད་པ་  
 པོ་དེར་ཞེ་བཀོན་ཅིང་བྱོ་བར་བྱས་པས་ཆེ་འདིར་ཡང་དོན་མེད་དེ། བྱེད་རྒྱ་སྒྲར་  
 བྱས་ཟིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞོད་པ་བྱས་པ་ལ་ཞེ་བཀོན་པ་ཆེ་འདིར་དོན་མེད་པ་འབའ་  
 ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་ཀྱི། འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་གྱི་བདེ་བ་དང་ཡང་འགལ་བར་འགྱུར་རོ།  
 །ཁོང་བྱོའི་དབང་གིས་རྣམ་སྒྲིན་མི་འདོད་པ་འཕེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཞིག་རང་གི་  
 སྒྲོན་གྱི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལོངས་སྟོན་པ་ཡིན་པའི་ན་ཏུ་དེ་ལྟར་མི་ཤེས་པར་  
 གཞན་གྱིས་བདག་ལ་གཞོད་པ་བྱས་སོ་སྒྲུལ་ཏུ་བསམས་ནས་གཞོད་ལན་བྱེད་  
 པར་འདོད་པ་དེ་དག་བསྒྲིག་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ། སྒྲོན་བྱས་མི་དགའི་ལས་ཀྱི་  
 འབྲས་བུ་གང་། །ཟད་བྱེད་བརྗོད་པར་འདོད་པ་དེ་ཉིད་ཀོ། །གཞན་ལ་གཞོད་དང་  
 བྱོ་བས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཕྱིར། །ས་བོན་ཉིད་ཏུ་རི་ལྟར་བྲིད་པར་བྱེད། །འགའ་ཞིག་ལ་  
 མཆོན་ཆ་རྟོན་པོ་ལུས་ལ་བབས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དག་དག་གིས་ཉེ་བར་སྐྱབ་པ་དེ་  
 རི་རང་གིས་སྒྲོན་བྱས་པའི་སྒྲིག་གཞོད་པའི་ལས་ཀྱི་རྒྱ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་  
 པས། སྒྲོན་བྱས་པའི་མི་དགའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལྟག་མ་ཟད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
 ཡང་དེ་ལྟར་མི་ཤེས་པར་འདིས་བདག་ལ་གཞོད་པ་བྱས་སོ་སྒྲུལ་ཏུ་བསམས་ནས།

ད་ལྟར་གྱི་སྤྲུལ་བསྐལ་ལས་ཆེས་ལྷག་པའི་བྱི་མའི་སྤྲུལ་བསྐལ་སྦྱེད་པའི་ས་བོན་  
 བསྐྱུབ་པའི་བྱིར་དུ་གཞན་ལ་གཞོན་པ་དང་ཁྱོ་བས་རང་ཉིད་རི་ལྟར་རན་སོང་དུ་  
 ཁྱིད་པར་བྱེད། དེའི་བྱིར་སྤྲོན་པས་ནད་གསོ་བའི་བྱིར་བཙགས་ཆ་རྣམས་པོས་སྒྲི་  
 འབྱེན་པ་ལ་བཟོད་པར་བྱ་བ་བཞིན་དུ་འབྲལ་དུ་སྤྲུལ་བསྐལ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ལ་  
 བཟོད་པར་བྱ་བར་རིགས་སོ། །མི་བཟོད་པ་ནི་རྣམ་པར་སྤྲོན་པ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་  
 འབྱེན་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་འབའ་ཞིག་དུ་མ་ཟད་ཀྱི། ཡུན་རིང་པོར་བསགས་པའི་དགོ་  
 བ་ཟད་པའི་རྒྱའང་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར། གང་བྱིར་རྒྱ་ལ་སྤྲས་རྣམས་ལ་  
 ཁྱོས་པ་ཡིས། སྤྲོན་དང་ཁྱིམས་བྱུང་དགོ་བ་བསྐལ་པ་བརྒྱར། །བསགས་པ་སྤྲད་  
 ཅིག་གིས་འཛོམས་དེ་ཡི་བྱིར། མི་བཟོད་ལས་གཞན་སྤྲིག་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །གང་  
 གི་བྱིར་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། རྒྱ་ལ་བའི་སྤྲས་པོ་གཞན་རྣམས་  
 ལ་བདེན་པའམ་བདེན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཉེས་པ་ལྷག་པར་སྟོ་བདགས་ནས་སྤྲད་  
 ཅིག་ཅུ་ཞིག་ཁྱོས་པ་ཡིས་ཀྱང་། སྤྲོན་པ་དང་རྒྱ་ལ་ཁྱིམས་ལས་བྱུང་བའི་དགོ་བ་  
 བསྐལ་པ་བརྒྱར་བསགས་པ་རྣམས་འཛོམས་པར་བྱེད་ན། བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་མ་  
 ཡིན་པས་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ཁྱོ་བ་བསྦྱེད་ན་ལྟ་ཅི་སྟོས། དེའི་བྱིར་  
 རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོའི་རྒྱའི་ཆད་གྲངས་ཀྱིས་ངེས་པར་མི་རྣམས་པ་ལྟར། དེའི་རྣམ་པར་  
 སྤྲོན་པའི་མཆོམས་ཀྱང་ངེས་པར་མི་རྣམས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་འབྲས་བུ་ཡིད་དུ་མི་འོང་  
 བ་འཕེན་པ་དང་། དགོ་བ་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་སྤྲིག་པ་ནི་མི་བཟོད་པ་སྟེ་ཁོང་  
 ཁྱོ་བ་ལས་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་གཞན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །གཞན་ཡང་། མི་སྤྲུག་



གཟུགས་བྱེད་དམ་པ་མིན་པར་བྲིད། རིགས་དང་མི་རིགས་རྣམ་དཔྱོད་འཕྲོག་  
བྱེད་ཅིང་། མི་བཟོད་པ་ཡིས་སྐྱར་དུ་ངན་འགྲོར་སྐྱར། བློ་བས་ནི། བློ་གཉིར་  
སྐྱུག་ཅིང་བཞིན་རས་ནག་པོར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མི་སྐྱུག་གཟུགས་སུ་བྱེད་ལ། དེའི་  
དབང་གིས་བྱ་བ་ངན་པ་ལ་འཇུག་པས་ན་དམ་པ་མ་ཡིན་པར་བྲིད་ཅིང་། བློ་བས་  
ཟིས་གྱིས་མོན་པ་ནི་སྒྲུང་དོར་ལ་སྒྲོངས་པར་འགྱུར་བས་རིགས་པ་དང་མི་རིགས་  
པ་རྣམ་པར་དཔྱོད་པའི་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱང་འཕྲོག་པར་བྱེད་དོ། རེར་མ་ཟང་རིས་མཐུན་  
བཏང་ནས་ཀྱང་། མི་བཟོད་པ་ཡིས་ངན་འགྲོའི་གཡང་སར་སྐྱར་བར་བྱེད་དོ། །  
གཉིས་པ་བཟོད་པ་ལ་འཇུག་པར་གདམས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། བཟོད་པས་  
བཤད་ཟིན་དང་འགལ་ཡོན་ཏན་བྱེད། ཅིས་སོགས་སྒྲོས་སོ། །བཤད་ཟིན་དང་  
འགལ་བའི་ཡོན་ཏན་གང་ཞེ་ན། མཛེས་ཤིང་དམ་པའི་སྒྲེ་བོས་འདོད་པ་དང་། །  
རིགས་དང་མི་རིགས་ཤེས་ལ་མཁས་འགྱུར་ཞིང་། འདི་ལས་གཞན་དུ་ལྷ་མི་དག་  
དུ་སྒྲེ། རེའི་ཕྱིར། སོ་སོ་སྒྲེ་བོ་དང་ནི་རྒྱལ་ལྷས་གྱི། བློ་དང་བཟོད་པའི་སྒྲོན་ཡོན་  
རིག་བྱས་ཏེ། མི་བཟོད་སྒྲུངས་པ་འཕགས་པའི་སྒྲེ་བོ་ཡིས། བསྐྱུགས་པའི་བཟོད་  
པ་ཏྲག་དུ་བརྟེན་པར་བྱ། སོ་སོའི་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་ཁོང་བློ་བའི་སྒྲོན་དང་། རྒྱལ་  
ལྷས་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་པའི་ཡོན་ཏན་རི་སྐད་བཤད་པ་རྣམས་རིག་པར་བྱས་ནས་  
མི་བཟོད་པ་སྒྲུངས་པའི་སྒྲོ་ནས་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱུགས་པའི་བཟོད་པ་  
ཏྲག་དུ་བརྟེན་པར་བྱའོ། གསུམ་པ་འཛིག་ཏེན་དང་འཛིག་ཏེན་ལས་འདས་པའི་  
དབྱེ་བ་བསྐྱར་པའི་ཕྱིར། རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྐྱོས་ཀྱང་། །

གསུམ་དམིགས་ཡོད་ན་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའོ། །ཞེས་སྒྲོས་ཏེ། བཟོད་པ་གང་རྗེ་གས་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱིར་བསྐྱོས་ཀྱང་། གང་བཟོད་པ་དང་། གང་གིས་བཟོད་པ་དང་།  
 སེམས་ཅན་གང་ལ་བཟོད་པ་གསུམ་པོ་འདི་ལ་དམིགས་པ་ཡོད་ན་འཇིག་རྟེན་  
 པའི་བཟོད་པའི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཞེས་བྱ་ལ། དམིགས་པ་མེད་ན་དེ་ནི་ད་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱིས། །འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་ཅེས་གསུངས། །ཤེས་རབ་ཀྱི་  
 པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པས་ཡོངས་སུ་ཟེན་ཏེ་འཁོར་གསུམ་དུ་དམིགས་པ་མེད་ན་འཇིག་  
 རྟེན་ལས་འདས་པའི་བཟོད་པའི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཞེས་བྱའོ། །

གཉིས་པ་བྱུང་ཆོས་པལ་པ་བསམ་གཏན་གྱི་ཡོན་ཏན་གཞན་བསྟན་པ་  
 ནི་ས་དེར་བསམ་གཏན་མཛོན་ཤེས་འབྱུང་འབྱུར་ཞིང་། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྒྲུང་  
 ཡོངས་སུ་ཟད་པར་འབྱུར། །དེས་ཀྱང་རྟག་ཏུ་འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ནི། །འདོད་པའི་  
 འདོད་ཆགས་འཇོགས་པར་རྒྱས་པར་འབྱུར། །ས་གསུམ་པ་འོད་བྱེད་པ་དེར་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་བསམ་གཏན་བཞི་དང་། གཟུགས་མེད་པའི་སྒྲོམས་པར་  
 འཇུག་པ་བཞི་དང་། ཚད་མེད་པ་བཞི་དང་། མཛོན་པར་ཤེས་པ་ལྷ་རྣམས་འབྱུང་  
 བར་འབྱུར་རོ། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་འཕོ་བ་མེད་པ་དང་། རྣམ་པར་  
 འཇིག་པ་མེད་པ་ནི་དུ་རྟོགས་པས་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྒྲུང་དང་། གཏི་ལྷག་  
 པལ་ཆེར་ཡོངས་སུ་ཟད་པར་འབྱུར་རོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་  
 དབང་གིས་ལྷའི་དབང་པོར་སྐྱེ་བ་འཇིན་ལ། དེས་ཀྱང་རྟག་ཏུ་འཇིག་རྟེན་པའི་  
 འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་འཇོམས་པའི་ཐབས་སྐྱབ་ཅིང་སེམས་ཅན་རྣམས་འདོད་

པའི་གནས་ནས་འདོན་པར་རྣམ་པར་འགྱུར་རོ། །ད་ནི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དང་པོ་  
 གསུམ་གྱི་རྟེན་གྱི་བྱུང་པར་དང་། ཚོགས་གྱི་རང་བཞིན་དང་། མཐུས་ཡོངས་སུ་  
 གྲུབ་པའི་རྣམ་གཞག་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བཤད་པ། སྒྲིན་སོགས་ཚོས་གསུམ་  
 འདི་དག་ཕལ་མོ་ཆེར། །བདེ་བར་གསེགས་པས་བྱིམ་པ་རྣམས་ལ་བསྐྱགས། །བསོད་  
 རམས་ཞེས་བྱའི་ཚོགས་ཀྱང་དེ་དག་ཉིད། །སངས་རྒྱས་གཟུགས་གྱི་བདག་ཉིད་  
 སྐྱ་ཡི་རྒྱ། །ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་རྣམས་གྱི་རྟེན་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཁོ་ན་ཡིན་  
 མོད་གྱི། འོན་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱིམ་པ་དང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཕྱོགས་  
 གཉིས་ལས། སྒྲིན་པ་དང་། རྩལ་བྱིམས་དང་། བཟོད་པའི་ཚོས་གསུམ་པོ་འདི་  
 དག་ཕལ་ཆེར་བདེ་བར་གསེགས་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱིམ་པ་རྣམས་ལ་  
 བསྐྱགས་ཏེ། དེ་དག་གིས་ཚོས་གསུམ་པོ་དེ་སྐྱབ་སྐྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །རབ་ཏུ་བྱུང་བ་  
 རྣམས་ལ་ནི་བསམ་གཏན་དང་། ཤེས་རབ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དག་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་  
 རོ། །སངས་རྒྱས་གྱི་རྒྱ་ནི་བསོད་རམས་དང་། ཡེ་ཤེས་གྱི་ཚོགས་གཉིས་སོ། །དེ་  
 ལ་བསོད་རམས་ཞེས་བྱའི་ཚོགས་གྱི་རང་བཞིན་ནི་ཚོས་གསུམ་པོ་དེ་དག་ཉིད་  
 ཡིན་ལ། བསམ་གཏན་དང་ཤེས་རབ་ནི་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཚོགས་ཡིན་ལོ། །བརྩོན་  
 འགྲུས་ནི་གཉིས་ཀའི་རྒྱར་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །བསོད་རམས་གྱི་ཚོགས་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་ནི་སངས་རྒྱས་གཟུགས་གྱི་བདག་ཉིད་གྱི་སྐྱ་བསོད་རམས་བརྒྱ་པའི་མཚན་  
 ཅན་མད་དུ་བྱུང་ཞིང་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་རྒྱ་ཡིན་ལོ། །ཡེ་ཤེས་གྱི་ཚོགས་ནི་  
 ཚོས་གྱི་སྐྱ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ལོ། །གསུམ་པ་སའི་ཡོན་



ཏན་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་མཐུག་བསྟུ་བ་བསྟན་པ་ནི། རྒྱལ་སྤྱི་ཉི་མ་ལ་གནས་  
 འོད་བྱེད་འདི། །རང་རྒྱུད་ལུན་པ་དང་པོར་བསལ་བྱས་ནས། །འགྲོ་བའི་ལུན་པ་  
 སེལ་བར་འདོད་པ་ཡིན། །རྒྱལ་བའི་སྤྱི་པོ་ཉི་མའི་དགྱིལ་ལ་ཐོར་ལྷ་བྱ་ལ་གནས་  
 པའི་ས་གསུམ་པ་འོད་བྱེད་པ་འདི་ནི་རང་གི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་སའི་མི་མཐུན་  
 ཕྱོགས་ཀྱི་ལུན་པ་དང་པོ་རང་སྐྱེ་བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་སུ་བསལ་བར་བྱས་  
 བས། དེའི་འོད་དུ་རང་གིས་ཇི་ལྟར་རྟོགས་པ་བཞིན་གཞན་ལ་བསྟན་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ས་གསུམ་པ་སྐྱེ་བའི་གཞིགས་སུ་གྱུར་པའི་ལུན་  
 པ་སེལ་བར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །ས་འདིར་རྩོམ་གྱི་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱང་སྒྲོ་མི་འགྱུར། །བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་ས་འདིར་ཡོན་ཏན་གྱི་གཞིགས་སུ་གྱུར་པའི་ཉེས་པའི་ལུན་  
 པ་བཅོམ་པས་ཉི་མའི་ཟེར་ལྟར་སྒྲོ་གྲོས་གིན་དུ་རྩོམ་གྱི་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱང་སྒྲོ་ན་དང་ལུན་  
 པའི་སྐྱེ་བོ་ལ་སྒྲོ་བར་མི་འགྱུར་དེ། བཟོད་པ་ལ་ཆེས་གོམས་པའི་ཕྱིར་དང་། སྙིང་  
 རྗེས་རྒྱུད་སྦྱུམ་པར་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དབུ་མ་ལ་འཐུག་པ་ལས། འོད་བྱེད་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་སེམས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་པའི་བཤད་པའོ། ། །

ད་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་བཞི་པ་འོད་འཕྲོ་བའི་མིང་ཅན་བཤད་པར་བྱའོ། །  
 འདི་འང་བརྩོན་འགྲུས་ལྷག་པའི་སྒྲོ་ནས་སའི་རོ་བོ་བསྟན་པ་དང་། སའི་མིང་དོན་  
 བསྟན་པས་མཐུག་བསྟུ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། ཡོན་ཏན་  
 ཐམས་ཅད་བརྩོན་འགྲུས་རྗེས་འགྲོ་ཞིང་། །བསོད་ནམས་སྒྲོ་གྲོས་ཚུགས་ནི་གཉིས་  
 ཀྱི་རྒྱ། །བརྩོན་འགྲུས་གང་དུ་འབར་བར་གྱུར་པ་ཡི། །ས་དེ་བཞི་པ་འོད་འཕྲོ་ཞེས་

བྱའོ། །འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་བརྩོན་  
 འགུམ་གྱི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་ཡིན་ཏེ། དག་བའི་བྱ་བ་ལ་སྒྲོ་བ་དང་ལྷན་པ་ལས་ནི་དག་  
 བའི་ཚུལ་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་དང་། ཐོབ་པ་རྣམས་གོང་ནས་གོང་དུ་འབྲེལ་བ་དང་།  
 ཡངས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་བསོད་ནམས་གྱི་ཚོགས་དང་། སྒོ་གྲོས་  
 ཏེ་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཚོགས་རྣམ་པ་གཉིས་གྱི་རྒྱུར་བརྩོན་འགུམ་ཉིད་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་  
 ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གྱི་རྒྱར་གྱུར་པའི་བརྩོན་འགུམ་རང་གི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་  
 དག་བའི་སྒྲོ་ནས་ས་གང་དུ་འབར་ཞིང་ལྷག་པར་གྱུར་པའི་ས་དེ་ནི་ས་བཞི་པ་འོད་  
 འཕྲོ་བ་ཞེས་བྱའོ། །སའི་སྤང་དོན་བསྟན་པའི་སྒྲོ་ནས་མཐུག་བསྟུ་བ་ནི། དེར་ནི་  
 བདེ་གཤེགས་སྤྲས་ལ་རྫོགས་པ་ཡི། །བྱང་ཆུབ་ཕྱོགས་ལྷག་བསྒྲོམས་ལས་སྦྱེས་  
 པ་ཡི། །སྤང་བ་ཟངས་གྱི་འོད་ལས་ལྷག་འབྱུང་ཞིང་། །ས་བཞི་པ་དེར་བདེ་བར་  
 གཤེགས་པའི་སྤྲས་པོ་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་གྱི་ཕྱོགས་གྱི་ཚུལ་སུམ་ཅུ་ཅུ་བདུན་བསྒྲོམས་  
 པ་ལས་སྦྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྤང་བ་སྤར་བཤད་པའི་ཟངས་གྱི་འོད་ལྟ་བུ་བས་  
 གྱང་ཆེས་ལྷག་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ཡང་དག་བའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་མེའི་  
 འོད་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་འདི་ལ་འོད་འཕྲོ་བ་ཞེས་བྱའོ། །  
 །ས་འདིར་བྱང་ཆུབ་གྱི་ཕྱོགས་སྒྲོམ་པ་འབར་ཞིག་རྟུ་མ་ཟད་གྱི། བདག་རྟུ་ལྟ་བ་  
 དང་འབྲེལ་ཡོངས་སུ་ཟད། །ས་འདི་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ནི་བདག་  
 དང་བདག་གིར་ལྟ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་སེམས་ཅན་དང་སྒྲོག་དང་སྦྱེ་བ་དང་གསོ་  
 བ་དང་། གང་ཟག་ལ་སོགས་པར་མདོན་པར་ཞེན་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་ཟད་

པར་འགྱུར་རོ། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། འོད་འཕྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་སེམས་བསྐྱེད་  
བ་བཞི་པའི་བཤད་པའོ། །

ད་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལྷ་པ་སྦྱང་དགའ་བའི་མིང་ཅན་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།  
དེའང་སའི་མིང་དོན་བསྟན་པ་དང་། སའི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་གཉིས་ཀྱིས་རིག་  
པར་བྱའོ། །དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། སྦྱང་དགའི་ས་གནས་བདག་ཉིད་ཆེན་  
པོ་དེ། །བདུད་རྒྱུ་མས་ཀྱན་གྱིས་ལམ་པར་རྒྱས་མ་ཡིན། །སྦྱང་དགའི་སར་གནས་  
པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་  
ཅད་ན་གནས་པའི་བདུད་རྒྱུ་མས་ཀྱན་གྱིས་ཀྱང་ལམ་པར་བྱེད་མི་རྒྱས་ན། དེ་ལས་  
གཞན་པ་བདུད་ཀྱི་བཀའ་ཉན་པ་ལ་སོགས་ཀྱིས་ལྷ་ཅི་སྟོས། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ས་  
འདིའི་མིང་སྦྱང་དགའ་བ་ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་པ་སའི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་ནི། བསམ་  
གཏན་ལྷག་ཅིང་སློབ་བཟང་བདེན་རང་བཞིན། །ཞིབ་མོ་རྟོགས་ལའང་གིན་ཏུ་མཁས་  
པ་ཐོབ། །ས་དེར་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བཙུའི་ནང་ནས་བསམ་གཏན་གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་  
ཕྱིན་པ་ལྷག་པར་འགྱུར་ཞིང་། སློབ་བཟང་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞིའི་རང་བཞིན་  
འཕགས་པ་ལས་གཞན་གྱི་སྟོའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པས་ཞིབ་མོ་རྟོགས་གིང་ཁོང་དུ་ཆུད་  
པས་གིན་ཏུ་མཁས་པ་ཐོབ་པོ། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། སྦྱང་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་  
བའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལྷ་པའི་བཤད་པའོ། །

ད་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དུག་པ་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་མིང་ཅན་བཤད་པར་  
བྱའོ། །དེའང་ཡུལ་ཅན་སའི་རོ་བོ་དང་། ཡུལ་སྟོང་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་།



སའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་དེ་མཐུག་བསྟུ་བ་གསུམ་གྱིས་རིག་པར་བྱའོ། །དང་པོ་ལའང་།  
 དངོས་དང་། ཞར་ལ་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་ཆེ་བ་བརྗོད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོའི་དབང་དུ་  
 བྱས་ནས། མངོན་དུ་ཕྱོགས་པ་མཉམ་གཞག་སེམས་གནས་ཏེ། །རྫོགས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་ཆོས་ལ་མངོན་ཕྱོགས་ཤིང་། །རྒྱུན་ཉིད་འདི་པའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་དེ། །  
 ཤེས་རབ་གནས་པས་འགོག་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་སྒྲོས་ཏེ། ས་ལྟ་པར་བསམ་  
 གཏན་གྱི་ཕ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཡོངས་སུ་དག་པས་ས་དུག་པ་མངོན་དུ་ཕྱོགས་པར་  
 མཉམ་པར་བཞག་པའི་སེམས་ལ་གནས་ཏེ། ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཟབ་  
 མོ་རྒྱུན་འདི་པ་ཅམ་གྱིས་དེ་ལོན་ཉིད་མཐོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ། ཤེས་  
 རབ་གྱི་ཕ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ལ་གནས་པས་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་ཉེ་  
 བར་ཞི་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་འགོག་པ་ལ་སྒྲོམས་པར་འདུག་པ་ཐོབ་པར་  
 འགྱུར་གྱི། དེའི་སྒྲ་རོལ་དུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་རབ་ལྷག་པར་གྱུར་པ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། ཕྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ལུལ་དུ་བྱུང་བས་ནི་འགོག་པ་ཐོབ་པར་མི་རུས་སོ། །  
 ཅིའི་ཕྱིར་ས་འདི་ལ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་ཞེན། གཟུགས་བརྒྱན་དང་འདྲ་བའི་  
 ཆོས་ཉིད་ཁོང་དུ་ཆུད་པའི་ཕྱིར་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱིས་ས་ལྟ་  
 པར་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། །རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གྱི་  
 ཆོས་ལ་མངོན་དུ་ཕྱོགས་པའི་ཕྱིར་ན། ས་འདི་ལ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ཞེས་བྱའོ། །  
 ཞར་ལ་ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་ཆེ་བ་བརྗོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། ཇི་ལྟར་  
 ཡོང་བའི་ཆོགས་ཀུན་བདེ་སྤྲུག་ཏུ། །མིག་ལྟར་སྒྲེས་བྱ་གཅིག་གིས་འདོད་པ་ཡི། །

ཡུལ་དུ་བྱིད་པ་དེ་བཞིན་འདིར་ཡང་སྒྲོས། མིག་ཉམས་ཡོན་ཏན་སྒྲངས་དེ་རྒྱལ་  
བར་བྱིད། ཁྱེད་སྒྲོས་དེ། རི་ལྷར་ཡོང་བའི་ཆོག་ས་ཀུན་རི་སྒྲིད་ཡོད་པ་དེ་ཀུན་  
ཀྱང་གཡང་ས་ལ་སོགས་པ་སྒྲངས་དེ་བདེ་སྒྲག་དུ་མིག་དང་ལྷན་པའི་སྒྲིས་བྱ་  
གཅིག་གིས་མངོན་པར་འདོད་པའི་ཡུལ་དུ་བྱིད་པ་དེ་བཞིན་དུ། ས་རོལ་དུ་བྱིན་པ་  
དུག་པོ་འདིར་ཡང་སྒྲོས་དེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ས་རོལ་དུ་བྱིན་པས་མིག་ཉམས་པ་ལྷ་  
བུའི་སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་སྒྲངས་དེ་རྒྱལ་བ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་ས་ཀུན་དུ་འོད་ཅེས་བྱ་བར་བྱིད་པར་བྱེད་དེ། ཡང་དག་པའི་ལམ་  
དང་ལམ་མ་ཡིན་པ་མཐོང་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

དེ་ལྷར་ན་སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ས་རོལ་དུ་བྱིན་པ་གཞན་ལྷ་ནི་དམུས་  
ཡོང་དང་འདྲ་སྟེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་ས་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་མིག་བྱ་དང་བྲལ་ན་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་མཆུན་པའི་སར་བཞོད་པར་མི་རུས་པའི་བྱིར་རོ། རྗེ་བས་ན་འདིར་  
ས་རོལ་ནི་བཞོད་བྱ་མཐར་བུག་པ་རྣམ་མཆུན་གྱི་སའོ། འདིར་ས་རོལ་དེར་བྱིན་  
པར་བྱེད་པས་ན་ས་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ཞེས་པ་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །  
འདི་ས་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་ན་ས་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཆུན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སོ། རྗེ་ལ་སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པ་  
གཞན་ལྷ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ས་རོལ་དུ་བྱིན་པས་ཟིན་པ་ན་ས་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་མིང་  
ཐོབ་སྟེ། དེས་ཡོངས་སུ་ཟིན་པའི་སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་མཆུན་གྱི་རྒྱར་བྱར་  
པའི་བྱིར་རོ། རྗེའི་བྱིར་དེ་དག་ནི་ས་རོལ་དུ་བྱིན་པ་དང་འདྲ་བས་ས་རོལ་དུ་བྱིན་

པ་ཞེས་བྱའོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དེའི་རང་བཞིན་ཅི་ཞེ་ན། རྣམ་པར་  
 མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །རི་ཙམ་གྱིས་ན་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་བརྗོད་ཅི་ན། གང་  
 གི་ཆེ་རྣལ་འབྱོར་པའི་སེམས་སྒྲོས་པའི་མཚན་མ་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་ཏེ་དེ་བཞིན་  
 ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཞེས་བྱའོ། །རི་སྐད་དུ་སྒྲིབ་  
 འདུག་ལས། གང་ཆེ་ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་དག །སྒྲོ་ཡི་བདུན་ན་མི་གནས་པ། །དེ་ཆེ་  
 རྣམ་པ་གཞན་མེད་པས། །དམིགས་པ་མེད་པར་རབ་ཏུ་ཞི། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཤེས་པའམ། །འོན་ཏེ་ཤེས་པ་མ་  
 ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན། ཤེས་པ་ནི་ཡུལ་རིག་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་བྱིར། ཡུལ་དང་  
 ཡུལ་ཅན་གྱི་སྒྲོས་པ་ཉི་བར་ཞི་བར་མི་འཐད་དོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན་དེས་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་རྟོགས་པར་རི་ལྟར་འཐད་ཅི་ན། རི་སྐད་བཤད་པའི་ཉེས་པར་གྱུར་བའི་བྱིར་  
 བྱོགས་དང་པོ་ནི་མི་འདོད་དོ། །དེ་ལྟ་ན་འང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་རྟོགས་པའི་ཉེས་པར་  
 མི་འགྱུར་ཏེ། ཡང་དག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཅིའང་མ་རྟོགས་པ་ཉིད་ལ་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་རྟོགས་པ་ཞེས་བྱ་སྐད་བྱས་པའི་བྱིར་རོ། །འོ་ན་ནི་གཉིད་དང་བརྒྱལ་བ་ལ་  
 སོགས་པའང་དེ་ཁོ་ནི་ད་རྟོགས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། རྟོག་པ་བཀག་པ་  
 ཙམ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲས་སམ། གང་གིས་ན་གཉིད་ལ་སོགས་  
 པའང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་འགྱུར། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། རྣལ་འབྱོར་པས་བློ་མར་སོ་  
 སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་རྣམ་པར་དབྱེད་དོ། །  
 དབྱུང་པ་ན་ཆོས་གང་ལའང་རང་བཞིན་རྣལ་ཙམ་ཡང་ཉི་བར་མི་དམིགས་སོ། །



དེའི་འོག་ཏུ་ཆོས་ཉིད་དེ་ལྟ་བུ་ལ་རྣལ་འབྱོར་པས་སེམས་ཉེ་བར་འཛོག་གོ། །བཞག་  
 པ་ན་རྗེ་ཞིག་ལྟར་རྣལ་འབྱོར་པའི་སེམས་ཆོས་ཉིད་དེ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་དུ་འགྱུར་  
 བས་ཤེས་པའང། ཤེས་བྱ་ལ་སོགས་པའི་མཆན་མ་ཅིའང་མི་དམིགས་སོ། །དེ་  
 ལས་ལངས་པ་ན་འདི་སྐམ་དུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་ནམ་མཁའི་དགྱིལ་ལྟར་སྒྲིས་  
 པའི་མཆན་མ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བའོ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གཙོད་པར་བྱེད་པའི་ཡང་  
 དག་པའི་ལྟ་བ་མངོན་དུ་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་མཉམ་གཞག་དང་རྗེས་ཐོབ་འབྲེན་  
 མར་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས། མཐར་བཤད་མ་ཐག་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་  
 མཉམ་གཞག་སྒྲིས་པ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་རྣལ་འབྱོར་པའི་སེམས་  
 རོ་གཙོག་ཏུ་གནས་པར་འགྱུར་ལ། དེའི་ཆེ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་ཞེས་  
 པའི་ཐ་སྙད་ཐོབ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གཞུང་འདིར་ཡང་། ཤེས་བྱའི་བྱད་  
 ཤིང་སྐམ་པོ་མ་ལུས་པ། །བསྐྱེད་པས་ཞི་དེ་རྒྱལ་རྣམས་ཆོས་སྐྱེ་སྟེ། །དེ་ཆེ་སྐྱེ་བ་  
 མེད་ཅིང་འགག་པའང་མེད། །སེམས་འགག་པ་དེ་སྐྱེ་ཡིས་མངོན་སུམ་མཛད། །  
 ཅེས་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བས་ན་ཡུལ་སྒྲིས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་སྟོང་  
 པ་ཉིད་དོན་དམ་པའི་བདེན་པར་ཐ་སྙད་བཏགས་པ་དང་། ཡུལ་ཅན་སྟོང་པར་  
 རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་ནི་ཐ་དད་དུ་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
 མེད་དེ། གང་གི་ཆེ་རྣལ་འབྱོར་པའི་སེམས་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོབས་  
 ཀྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་དེའི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པའི་ཆེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་  
 དང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཉེ་བར་འདོགས་པ་ཅུང་ཡིན་པའི་

ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ནི་གཉིས་ཏེ། སྣང་བ་མེད་  
 པ་དང་། སྣང་བ་དང་བཅས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའོ། །དེ་ལ་སྣང་བ་  
 མེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ནི་སྒྲིམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་  
 མཉམ་གཞག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །སྣང་བ་དང་བཅས་  
 པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ནི། རྗེས་ལས་ཐོབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་སྒྲིམ་པ་ཐམས་ཅད་བྲལ་བའི་སྣང་བ་ཉིད་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་བྱུང་བ་  
 རྒྱུ་འདི་པ་ཅམ་གྱི་ངོ་བོར་ཡོངས་སུ་གཙོད་པར་བྱེད་པ། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བའི་  
 མིང་ཅན་གང་ཡིན་པའོ། །ས་བཅུའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྣང་བ་མེད་པའི་ཤེས་རབ་  
 ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་ནི་ཐ་དད་དུ་བྱ་བ་ཅུང་ཀྱང་མེད་དོ། །སྣང་བ་དང་བཅས་  
 པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱན་ཏུ་འགྲོ་བ་རྟོགས་པ་  
 ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཐ་དད་དུ་བྱ་བ་ཡོད་དོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་  
 གཉིས་པོ་དེའང་གཙོ་བོ་དང་པལ་པའི་ཚུལ་དུ་རིག་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ཡུལ་སྟོང་  
 ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལའང་། གང་ལ་བརྟེན་ནས་བཤད་པ་དང་། ཡུལ་གང་ལ་  
 བཤད་པ་དང་། ཆོས་གང་བཤད་པའོ། །དང་བོ་ནི། འདིར་སྒྲུས་པ་རྒྱུན་ཉིད་འདི་  
 པའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་དེ། ཤེས་རབ་གནས་པས་འགོག་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་  
 གང་སྒྲུས་པའི་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་གང་ཡིན། བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔས་དེ་རི་ལྟར་མཐོང་ཞེ་ན། དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་ནི་མ་རིག་པའི་ལིང་  
 ཐོག་མཐུག་པོས་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱི་མིག་གཡོགས་པ་བདག་ཅག་ལྟ་བུའི་ཡུལ་མ་ཡིན་གྱི།

གང་དག་སྟོང་པ་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་མིག་སྒྲུན་གྱིས་མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་  
 ཀྱི་ལིང་ཐོག་བསལ་བས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་གཟིགས་པའི་སྟོ་གྲོས་ཀྱི་  
 སྒྲུན་མངའ་བའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་ཡིན་  
 པས། དེ་དག་ལ་དྲི་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་  
 སོགས་ལས། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་སྟོན་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་པས་རི་  
 ལྟར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་མ་  
 ཡིན་ནམ། ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་བཤད་པར་རིགས་སོ་ཞེ་ན། བདག་ཅག་ལྟ་བུས་  
 རང་དབང་དུ་ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྟན་པར་མི་རྣམས་ཏེ། ལུང་གི་  
 དགོངས་པ་ངེས་པར་དཀའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །རང་དབང་དུ་བྱས་ནས་དེ་སྐད་བརྗོད་ཀྱི།  
 ཚད་མར་གྱུར་པའི་སྒྲེས་བུས་ལུང་གི་དགོངས་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བཤད་པའི་  
 མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་ཅག་གིས་ཀྱང་ལུང་གི་དགོངས་པ་ངེས་པས། དེའི་  
 ཕྱིར། རི་ལྟར་དེ་ཡིས་ཆེས་ཟབ་ཆོས་རྟོགས་པ། །ལུང་དང་གཞན་ཡང་རིགས་པས་  
 ཡིན་པས་ན། །དེ་ལྟར་འཕགས་པ་སྒྲ་སྒྲུབ་འབྱུང་ལུགས་ལས། །རི་ལྟར་གནས་པའི་  
 ལུགས་བཞིན་བརྗོད་པར་བྱ། །རི་ལྟར་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་སྟོན་པའི་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེས་ཆེས་ཟབ་པའི་ཆོས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ལུང་དང་། གཞན་ཡང་རིགས་པས་  
 ངེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན། དེས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དེ་ཉིད་རི་ལྟར་  
 མཐོང་བ་དེ་ལྟར་ནི་འཕགས་པ་སྒྲ་སྒྲུབ་ཀྱིས་ལུང་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་མཐེན་ནས།



དབུ་མ་འི་བསྟན་བཅོས་ལས་རིགས་པ་དང་ལུང་གིས་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 རི་ལྗང་བ་བཞིན་དུ་གསལ་བར་མཛད་དོ། །དེའི་བྱིར་འཕགས་པ་སྤྱུ་སྤྱུབ་ཀྱི་གཞུང་  
 ལུགས་ལས་ལུང་དང་རིགས་པ་དག་གིས་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གསལ་བར་བྱས་  
 རས་རི་ལྗང་གནས་པའི་ལུགས་བཞིན་དུ་བདག་གིས་ཀྱང་བརྗོད་པར་བྱའོ། །འཕགས་  
 པ་སྤྱུ་སྤྱུབ་ལ་ལུང་གི་དགོངས་པ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ངེས་པར་ཡོད་པ་རི་ལྗང་གིས་  
 བར་བྱ་ཞིན། ལུང་ལས་ཏེ། འཕགས་པ་ལང་ཀར་གསལ་གསལ་པ་ལས། ལྷོ་ལྷོགས་  
 བེ་ཏའི་ཡུལ་དུ་ནི། །དག་སྒྲོང་དཔལ་ལྷན་ཞེས་གསལ་པ། །དེ་མིང་སྤྱུ་ཞེས་བོད་  
 པ་སྤྱེ། །ཡོད་དང་མེད་པའི་ལྷོགས་འཛིག་བྱེད། །ང་ཡི་ཐེག་པ་འཛིག་རྟེན་དུ། །  
 སྤྱུ་མེད་ཐེག་ཆེན་བསྟན་ནས། །རབ་རྟུ་དགའ་བའི་ས་བསྐྱབས་ཏེ། །བདེ་བ་ཅན་  
 དུ་དེ་འགྲོའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། འཕགས་པ་སྤྱིན་ཆེན་པོ་ལས་ཀྱང་། ཀུན་  
 དགའ་བོ་ལི་ཙྗེ་བྱི་གཞོན་ནུ་འཛིག་རྟེན་གམས་ཅད་ཀྱིས་མཐོང་ན་དགའ་བ་ཞེས་  
 བྱ་བ་འདི་ནི། ང་སྤྱུ་རན་ལས་འདས་ནས་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ལོན་པ་ན་སྤྱུ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 དག་སྒྲོང་དུ་གྱུར་ནས། ངའི་བསྟན་པ་རྒྱས་པར་རབ་རྟུ་བསྟན་དེ་མཐར་གྱིས་དང་  
 བའི་འོད་ཅེས་བྱ་བའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་སུ་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པ་དག་བཅོམ་  
 པ་ཡང་དག་པར་རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་གནས་འོད་ཅེས་བྱ་བར་  
 འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་བྱིར་འདི་ལ་ལུང་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཡོད་པར་  
 སྤྱུབ་པོ། །གཉིས་པ་ཡུལ་གང་ལ་བཤད་པར་བྱ་བ་ལའང་ཉན་པ་པོའི་སྒྲོང་བརྟག་  
 པ་དང་། དེ་ལ་མ་ཉན་པར་གདམས་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་

བར་འབྱུང་བ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་པའི་བསྟན་བཅོས་འདིའང་སྤར་གོམས་  
 པའི་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱད་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ས་བོན་བཞག་པ་རྣམས་ཁོ་ན་ལ་བསྟན་  
 པར་བྱའི། གཞན་དག་ལ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་སྟོང་པ་ཉིད་ཉན་དུ་ཟེན་གྱང་དེ་  
 ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པས་དོན་མ་ཡིན་པ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་རོ། །འདི་ལྟ་  
 གྱེ། རེས་འགའ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་མི་མོས་པས་དེ་སྤངས་ཏེ་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བར་  
 འགྱུར་རོ། །རེས་འགའ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་མེད་པར་བབྱང་སྟེ་དངོས་པོ་བམས་  
 ཅད་ལ་སྒྱུར་བ་འདེབས་པ་ལོག་པའི་ལྟ་བ་སྟེད་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་སྟོན་པ་  
 པོས་ལྷག་པར་མོས་པའི་བྱད་པར་རིག་པར་བྱས་ནས། ཉན་པ་པོ་རྣམས་ལ་སྟོང་  
 པ་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་བཤད་པར་བྱའོ། །ཡང་ངེ་ལྟར་ན། འདི་ལ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་བསྟན་  
 པར་འོས་སོ། །འདི་ལ་ནི་མི་འོས་སོ་ཞེས་ཤེས་པར་རྒྱས་ཤེ་ན། དེ་ནི་བྱི་རོལ་གྱི་  
 མཚན་མ་དག་ལས་རེས་པར་རྒྱས་ཏེ། འདི་ལྟར། སོ་སོ་སྟེ་བོའི་ནའང་སྟོང་ཉིད་  
 ཐོས། །ནང་དུ་དགའ་བ་ཡང་དང་ཡང་དུ་འབྱུང་། །དགའ་བ་ལས་བྱུང་མཆི་མས་  
 མིག་གང་ཞིང། །ལུས་ཀྱི་བ་སྤྱ་ལྡང་འགྱུར་གང་ཡིན་ཏེ། །དེ་ལ་རྫོགས་པའི་བྱང་  
 རྩལ་ས་བོན་ཡོད། །དེ་ཉིད་བསྟན་པའི་སྟོང་ནི་དེ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ལ་དོན་དམ་བདེན་  
 པ་བསྟན་པར་བྱ། །སོ་སོ་སྟེ་བོའི་དུས་ནའང་གཞན་ལས་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲ་ཙམ་ཐོས་  
 པ་ལས་གྱང་མི་སྒྲག་ཅིང། ནང་དུ་ཡིད་ཀྱི་དགའ་བ་ཡང་དང་ཡང་དུ་འབྱུང་ལ།  
 དེའི་དབང་གིས་མཆི་མས་མིག་གང་ཞིང་ལུས་ཀྱི་བ་སྤྱ་ལྡང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་  
 རྫོགས་པའི་བྱང་རྩལ་གྱི་རྒྱ་སྟོང་པ་ཉིད་རྫོགས་པའི་ས་བོན་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་

ཁོ་ན་ཉིད་བསྟན་པའི་སྒྲིན་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་གང་ཟག་དེ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་དེ་ལ་འཆད་  
པར་འགྱུར་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་བསྟན་པར་བྱའོ། །དེ་  
ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་ལ་དེ་ཡི་རྗེས་འགྲོའི་ཡོན་ཏན་འབྱུང་། །དེ་ལྟ་བུ་ཉན་པ་པོ་དེ་  
ལ་སྒྲིང་པ་ཉིད་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པས་བསྒྲིང་པའི་དོན་མ་ཡིན་པ་མི་འབྱུང་བ་  
འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་གྱི། སྒྲིང་པ་ཉིད་གྱི་ལྟ་བ་དེའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་ཡོན་ཏན་  
ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། དེ་སྒྲིང་པ་ཉིད་ཉན་པ་ལ་གཏེར་  
ཉིན་པ་དང་འདྲ་བར་སེམས་ཤིང་། དེ་མི་ཉམས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ། ཏག་ཏུ་ཚུ་ལ་  
བྲིམས་བྲངས་ནས་གནས་པར་འགྱུར། །སྒྲིན་པ་གཏོང་ཞིང་སྒྲིང་རྗེ་བསྟེན་པར་  
བྱེད། །བཟོད་པ་བསྒྲོམ་ཞིང་དགེ་བ་བྱང་ཆུབ་ཏུ། །འགྲོ་བ་སྒྲོལ་ཕྱིར་ཡོངས་སུ་  
བསྒྲོ་བྱེད་ཅིང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་གྲུས་པར་བྱེད། །དེ་འདི་སྟམ་དུ།  
བདག་ཚུ་ལ་བྲིམས་འཆལ་བའི་རྒྱུན་གྱིས་ངན་འགྲོར་ལྷུང་ན་སྒྲིང་པ་ཉིད་གྱི་ལྟ་བ་  
རྒྱུན་ཆད་པར་འགྱུར་རོ་སྟམ་དུ་རིག་ནས་ཏག་ཏུ་ཚུ་ལ་བྲིམས་ཡང་དག་པར་བྲངས་  
ཏེ་གནས་སོ། །བདག་ཚུ་ལ་བྲིམས་གྱིས་བདེ་འགྲོར་སྒྲེས་སུ་བྱིན་གྱང་། དབུས་  
པོར་གྱུར་ན་ཟས་གོས་ལ་སོགས་པ་འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་ཆོལ་བ་ལྟར་བྱེད་པས་སྒྲིང་  
པ་ཉིད་ཉན་པ་རྒྱུན་ཆད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་རིག་ནས་སྒྲིན་པ་གཏོང་བར་བྱེད་དོ། །  
སྒྲིང་པ་ཉིད་གྱི་ལྟ་བ་སྒྲིང་རྗེས་བྱིན་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཉིད་འདྲན་པར་བྱེད་གྱི།  
གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲིང་རྗེ་བསྟེན་པར་བྱེད་དོ། །ཁྱོ་བས་ནི་ངན་སོང་དུ་  
འགྲོ་ཞིང་ཁ་དོག་ངན་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པས་དེའི་རྒྱུན་གྱིས་འཕགས་པ་དག་མཉེས་



པར་བྱེད་པར་མི་འགྱུར་རོ་སྙམ་ནས་བཟོད་པ་བསྒྲིམ་པར་བྱེད་དོ། །ཐམས་ཅད་  
མཆིན་པ་ཉིད་དུ་མ་བསྒྲིམ་པའི་ཚུལ་བྱིམས་ལ་སོགས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱུར་  
མི་འགྱུར་བས་དགེ་བའི་ཅུ་བ་ཐམས་ཅད་འགྲོ་བ་སྒྲིལ་བའི་བྱིར་བྱང་རྒྱལ་ཆེན་  
པོར་ཡོངས་སུ་བསྒྲིམ་པར་བྱེད་དོ། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་མ་གཏོགས་པ་རྟེན་ཅིང་  
འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཐིམ་ཅི་མ་ལོག་པ་བསྟན་མི་རྒྱས་སོ་སྙམ་དུ་  
བསམས་ནས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་གུས་པར་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ་དེ་  
ལ་མཉན་པར་གདམས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་ཚུལ་ལ་མཁས་  
པས་ནི། །རིམ་གྱིས་རབ་དུ་དགའ་བའི་ས་ཐོབ་པས། །དེ་དོན་གཉེར་བས་ལམ་  
འདི་མཉན་པར་གྱིས། །ཞེས་སྒྲིམ་དེ། དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་པོ་བར་མེད་པར་དགེ་བའི་  
ཚོགས་བསགས་པར་གྱུར་ནས། ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚུལ་ལ་མཁས་པར་གྱུར་  
བའི་སྒྲེ་བོས་ནི། དུས་རིམ་གྱིས་རབ་དུ་དགའ་བའི་ས་ཐོབ་པར་འགྱུར་བས་དེ་ཁོ་  
ན་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ས་དེ་དོན་དུ་གཉེར་བས་འཆད་པར་འགྱུར་བ་རྟེན་ཅིང་  
འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ལམ་འདི་མཉན་པར་གྱིས་ཤིག །

གསུམ་པ་ཚོས་གང་བཤད་པ་ནི། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཟབ་མོ་  
སྒྲིམ་པའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཡིན་དེ། དེ་ཉིད་ལྟ་བུ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་གཉེན་པོར་གྱུར་པའི་བྱིར་རོ། །འདི་འང་བདག་མེད་པ་གཉིས་ཀྱིས་བཤད་པ་  
དང་། སྒྲིང་ཉིད་བཅུ་དྲུག་གིས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་སོ་སོར་བཤད་པ་དང་།  
ཐུན་མོང་དུ་རྒྱ་འབྲས་ལ་དབྱུང་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ་འང་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་

དང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པའོ། །དང་པོ་ལ་ལུང་དང་རིགས་པ་གཉིས་ལས།  
 དེ་ལ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཡང་དག་པ་རིམ་ལ་ཉིད་བསྟན་པ་ལ་རེ་ཞིག་ལུང་ནི་  
 འདི་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་ས་བཅུ་པ་ལས། ཀྱི་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་དག་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའི་ས་ལྷ་པ་ལ་ལམ་གྱི་ཏུ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེས།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་དྲུག་པ་ལ་འདུག་སྟེ། དེ་ཆོས་མཉམ་པ་ཉིད་བཅུས་  
 འདུག་སྟེ། བཅུ་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་མཆོན་མ་མེད་པར་  
 མཉམ་པ་ཉིད་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་མཆོན་ཉིད་མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དང་།  
 དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་། མ་སྐྱེས་པ་དང་། དབེན་པ་དང་། གདོད་མ་ནས་  
 རྣམ་པར་དག་པ་དང་། སྒྲིམ་པ་མེད་པ་དང་། སྒྲང་བ་མེད་པ་དང་། དོར་བ་མེད་  
 པ་མཉམ་པ་ཉིད་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་དང་། ཁྲི་ལམ་དང་། མིག་  
 ཡོར་དང་། བྲག་ཅ་དང་། རྩ་ལྷ་དང་། གཟུགས་བརྒྱན་དང་། སྐྱུ་ལ་པ་ལྟ་བུར་  
 མཉམ་པ་ཉིད་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་གཉིས་སུ་  
 མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དེ། དེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་ལྟར་རབ་དུ་རྫོགས་  
 པ་ན་རྣོ་ཞིང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་བཟོད་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་དྲུག་པ་  
 མཛོན་དུ་གྱུར་པ་རྗེས་སུ་ཐོབ་སྟེ། ཞེས་གང་ག་སུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རིགས་  
 པ་ལའང་། སྐྱེ་མེད་ཀྱི་དམ་བཅའ་རྗེས་སུ་བརྗོད་པ་དང་། དེ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་  
 པ་བསྟན་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རི་སྐད་བཤད་པའི་མཉམ་པ་ཉིད་བཅུའི་  
 རང་ནས། ཆོས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་མཉམ་པ་ཉིད་རིགས་པས་བསྟན་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་

རྣམས་ཀྱང་བསྟན་པར་སྤྲོ་བར་དགོངས་ཏེ། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་  
 ཀྱི་དང་པོར། བདག་ལས་མ་ཡིན་གཞན་ལས་མིན། །གཉིས་ལས་མ་ཡིན་རྒྱ་མེད་  
 མིན། །དངོས་པོ་གང་དག་གང་ན་ཡང་། །སྟེ་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་ཉེ་  
 བར་བཀོད་དོ། །འདིར་ཡང་དམ་བཅའ་བཞི་པོ་དེ་རྩིས་སུ་བཟོད་ནས། དེ་རིགས་  
 བས་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར། དེ་ཉིད་དེ་ལས་འབྱུང་མིན་གཞན་དག་ལས་ཀྱང་མིན། །  
 གཉིས་ཀ་ལས་མིན་རྒྱ་མེད་པར་ཡང་འབྱུང་བ་མིན། །ཞེས་སྟོས་སོ། །ཅི་དམ་  
 བཅའ་བཞི་པོ་འདི་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་སྤྲོ་བ་བསྐྱབས་ཐོན་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཡང་དེ་  
 བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་ཉེ་བར་བཀོད་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ནི།  
 དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི། །རྒྱུན་ལ་སོགས་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་སོགས་  
 གཞན་སྟེ་འགོག་པའི་རིགས་པ་ཙམ་ཞིག་བསྟན་གྱི་གཞན་མ་བསྟན་ལ། འདིར་ནི་  
 དམ་བཅའ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་རིགས་པ་བསྟན་པ་དང་། གཞན་སྟེ་ལའང་རིགས་  
 པའི་རྣམ་པ་གཞན་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ཅིའི་ཕྱིར་  
 བདག་སྟེ་སོགས་ལ་རིགས་པ་སྟོན་པར་མི་མཛད་ཅེ་ན། བདག་ལས་སྟེ་བ་སོགས་  
 ནི་ཕྱི་རོལ་པ་རྣམས་ཀྱི་འདོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ཀྱང་རང་གི་སྟེ་བ་དག་གིས་སྤྲོ་བ་  
 བཀག་ཐོན་པར་དགོངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་འདིར་ཡང་བཟོད་པས་ཅི་བྱ་  
 ཞེ་ན། འདིར་ནི་རིགས་པའི་རྣམ་པ་ལྷན་པོ་གཞན་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་  
 སྟེ་བ་འགོག་པ་ལ་དམ་བཅའ་བཞི་པོ་འདི་ཙམ་ཞིག་སྟོས་ཞེ་ན། སྟེ་བ་བདེན་པ་  
 བ་སྤྲོ་བ་ལ་མཐའ་བཞི་པོ་འདི་ལས་གཞན་མི་སྤྲོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་སྟེ་བའི་



མཐའ་བཞི་པོ་འདི་དག་དོན་དམ་དུ་འཇུག་པའི་ལོན་ཏེ་ཐ་སྐྱད་དུ་འགོག་ཅི་ན། བདེན་  
 བ་གཉིས་ཀར་དུ་འདྲ་འགོག་སྟེ། རི་སྐྱད་དུ། དེ་ཉིད་སྐབས་སུ་རིགས་པ་འགའ་  
 ཞིག་གིས། །བདག་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་རིགས་མིན་པའི། །རིགས་དེ་ཐ་སྐྱད་དུ་  
 ཡང་རིགས་མིན་པས། །ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་གང་གིས་ཡིན་པར་འགྱུར། །ཞེས་འཆད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་སྐྱེ་བ་ཐ་སྐྱད་དུ་འདྲ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། སྐྱེ་བ་ལ་མཐའ་  
 བཞི་ལས་མི་སྤྱད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། རིགས་པས་དབྱུང་པའི་སྐྱེ་བ་ལ་  
 མཐའ་བཞི་ལས་མ་འདས་ཀྱང་། ཐ་སྐྱད་པའི་སྐྱེ་བ་ནི་འདིར་མ་རེས་ཏེ། འཛིག་  
 རྟེན་པ་རྣམས་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ལ་གཅིག་དང་ཐ་དད་ཀྱི་དཔྱོད་པ་མེད་པར་ས་  
 བོན་ལས་སྐྱུ་གུ་དང་། མེ་ལས་དུ་བ་སྐྱེ་ཞེས་པ་ཅུ་མ་ཞིག་གིས་ཐ་སྐྱད་བྱེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་བ་བཀག་པས་སྐྱེ་བ་མི་ཞིགས་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 ཐ་སྐྱད་པའི་སྐྱེ་བ་མི་ཞིགས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། ཐ་སྐྱད་པའི་སྐྱེ་བ་དག་གི་པར་བྱ་  
 བ་མ་ཡིན་ཏེ། མཐའ་བཞི་དང་བྲལ་བའི་ཐ་སྐྱད་པའི་སྐྱེ་བ་ལ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
 བར་འབྱུང་བ་ཞེས་ཐ་སྐྱད་དུ་བྱ་ལ། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ནི་དབུ་མའི་  
 ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་བསྟན་བཅོས་ལས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
 འབྱུང་བ་གང་། །དེ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བཤད། །དེ་ནི་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་སྟེ། །  
 དེ་ཉིད་དབུ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གང་ག་སུངས་པ་ཡིན་ནོ། །མཐའ་བཞི་གང་  
 སུང་ལས་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བ་ནི་རྟེན་འབྲེལ་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་སྐྱེ་བ་  
 ལ་ནི་མཐར་ལྷུང་གི་ཁས་ལེན་ཅིང་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྟེན་འབྲེལ་ནི་མཐར་

འཛིན་གྱི་ལྟ་བུ་ཐམས་ཅད་གྱི་གཉིན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་བསྟན་  
 བཅོས་ལས། གང་ལ་བརྟེན་ནས་གང་འབྱུང་བ། །དེ་ནི་རེ་ཞིག་དེ་ཉིད་མིན། །དེ་  
 ལས་གཞན་པའང་མ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ཕྱིར་ཆད་མིན་རྟག་པ་མིན། །ཅེས་གསུངས་  
 ཤིང་། འདི་ཉིད་དུའང་། དེའི་ཕྱིར་རྟེན་འབྱུང་རིགས་པ་འདི་ཡིས་ནི། །ལྟ་རན་  
 གྲ་བ་མཐའ་དག་འཛོམས་པ་བྱེད། །ཅེས་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བས་ན་རང་  
 གཞན་གྱི་སྒྲེ་བ་དག་ནི་མཐའ་བཞི་གང་རུང་གི་སྒྲེ་བ་ཁས་ལེན་པས་རྟེན་འབྲེལ་  
 དུ་སྒྲུབ་པ་མ་ཡིན་ལ། གང་ཞིག་རྟེན་འབྲེལ་དུ་སྒྲུབ་དེ་ནི་མཐའ་ཐམས་ཅད་སྒྲུངས་  
 ནས་དེ་བཞིན་གསལ་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་གསལ་གསུངས་པའི་ཤུལ་ཆེན་པོ་དབུ་མའི་  
 ལམ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ། བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་མཐའ་བཞིའི་སྒྲེ་བ་བཀག་ནས་  
 རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཉིད་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་སྒྲོབ་དཔོན་  
 གྱིས། རྟེན་བསྐྱེད་རང་གིས་བྱས་པ་དང་། །གཞན་གྱིས་བྱས་དང་གཉི་གས་བྱས། །  
 རྒྱ་མེད་རྟོག་གི་པ་ཡིས་བརྟགས། །ཁྱེད་གྱིས་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བར་གསུངས། །  
 ཞེས་པས་བསྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་རྟེན་འབྲེལ་དུ་སྒྲུབ་དང་། མཐའ་བཞིར་  
 སྒྲུབ་པ་མི་འགལ་ན་ནི། ཐུབ་པ་རྟེན་འབྲེལ་གསུངས་པས་མཐའ་བཞིར་སྒྲུབ་པའི་རྟོག་གི་  
 པ་ལས་ཁྱད་ཞུགས་པར་བསྟན་པར་རྩི་ལྟར་འགྱུར། དེའི་ཕྱིར་དབུ་མ་པ་ནི་ཐ་  
 རྟེན་དུའམ་མཐའ་བཞིའི་སྒྲེ་བ་ཁས་ལེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྟེན་འབྲེལ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཞིག་རྟེན་འབྲེལ་དུ་སྒྲུབ་དེ་ནི་མཐའ་གང་དུའང་མ་ལྟར་བས་  
 གང་ལའང་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ལས་མ་ཉམས་

བ་ཡིན་ལ། འཛིག་རྟེན་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་བ་སྟོང་བམས་ཅད་འདི་  
 ལ་མི་འབྲད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཀུན་རྫོབ་གྱི་བདེན་པ་ལས་ཀྱང་ཉམས་པ་མ་ཡིན་  
 རོ། །དེའི་ཕྱིར་བསྟན་བཅོས་ལས། གང་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་རུང་བ། །དེ་ལ་བམས་  
 ཅད་རུང་བ་ཡིན། །གང་ལ་སྟོང་ཉིད་མི་རུང་བ། །དེ་ལ་བམས་ཅད་རུང་མ་ཡིན། །  
 ཅེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་རོ། །དེ་ལྟར་ན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་སྟེ་བའི་  
 དབུ་མ་པ་ལ་ནི་ཕྱོགས་གང་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་གཞན་གྱིས་ཅིའང་བརྒྱལ་དུ་མེད་  
 བ་ཡིན་རོ། །དེ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་ཅོད་སྒྲོག་ལས། གལ་ཏེ་དམ་བཅའ་འགའ་ཡོད། །  
 དེས་ན་ང་ལ་སྒྲོན་དེ་ཡོད། །ང་ལ་དམ་བཅའ་མེད་པས་ན། །ང་ནི་སྒྲོན་མེད་ཁོ་ན་  
 ཡིན། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་རོ། །གལ་ཏེ་དམ་བཅའ་མེད་ན་མཐའ་བཞི་  
 བཀག་པའི་དམ་བཅའ་བཞི་ཅིའི་ཕྱིར་འཛིག་ཅེ་ན། འདི་དག་ནི་མཐའ་བཞི་ལས་  
 སྟེ་བར་སྟེ་བ་དག་དགག་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་རྩོད་དམ་བཅས་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི།  
 དབུ་མ་པ་རང་གི་ལུགས་མ་ཡིན་ཏེ། དགག་བྱ་བདག་ལས་སྟེ་བ་སོགས་མ་གྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དགག་བྱ་མེད་པ་ལའང་དགག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རི་བོང་གི་རྩ་  
 གཅད་དུ་མེད་པ་བཞིན་རོ། །དེའི་ཕྱིར། དགག་བྱ་ཅི་ཡང་མེད་པས་ན། །ང་ནི་ཅི་  
 ཡང་མི་འགོག་གོ །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་རོ། །གལ་ཏེ་མཐའ་བཞིའི་སྟེ་བ་འགོག་  
 པའི་རིགས་པ་འདི་རང་གི་རིགས་པའམ། འོན་ཏེ་གཞན་གྱི་ཡིན། གལ་ཏེ་རང་གི་  
 ཡིན་ན་ནི། དེས་གྲུབ་པའི་སྟེ་མེད་རང་གི་ཕྱོགས་སུ་ཇི་ལྟར་མི་འགྱུར་ཞེ་ན། གཞན་  
 གྱིས་ཁས་སྒྲུངས་པའི་རིགས་པ་ཡིན་གྱི། རང་གི་མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱུབ་པར་བྱ་བའི་



ཕྱོགས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཁས་མི་ལེན་ན། སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། གཞན་  
 ཀྱི་རིགས་པས་གཞན་ཇི་ལྟར་འགོག་ཅི་ན། ཁས་སྒྲངས་ནང་འགལ་བ་བསྟན་པའི་  
 སྒོ་ནས་འགོག་སྟེ། རང་གི་རྣམ་གཞག་ནང་འགལ་བར་མཐོང་བ་ན། རང་གི་ཕྱོགས་  
 ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་གི་རྣམ་གཞག་འགལ་བར་མཐོང་  
 ཡང་དབུ་མར་སྐྱབ་པ་ལ་གུས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དབུ་མའི་ཕྱོགས་ལ་སྐྱབ་བྱེད་མ་  
 མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེན། དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མཐར་ལྷུང་གི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་རྣམ་  
 གཞག་ནང་འགལ་བར་མཐོང་སྟེ། དེ་དག་ལ་མངོན་ཞེན་ལོག་པ་ན། ཕྱོགས་ཐམས་  
 ཅད་དང་བྲལ་བ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་དབུ་མའི་ལམ་ལ་གུས་པར་འགྱུར་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲོད་པས་ཚིག་གོ། །

གཉིས་པ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་བསྟན་པ་ལ་བཞི་སྟེ། མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་  
 བ་དག་པ་དང་། དེ་ནི་དེ་ཀྱི་ཕྱིར་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྟན་པ། ཀྱན་རྫོབ་པའི་  
 སྐྱེ་བ་རྟེན་འབྲེལ་དུ་བསྟན་པ། རིགས་པས་རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་དགོས་པ་བསྟན་  
 པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི་ལས་དང་པོ་བདག་སྐྱེ་དག་པ་ལ། བདེན་པ་གཉིས་ཀར་  
 དུ་དག་པ་དང་། བཀག་པའི་མཐུག་བསྐྱབ་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལའང་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་དུ་དག་པ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་དག་པ་འོ། །དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། དེ་  
 ནི་དེ་ལས་འབྱུང་ན་ཡོན་ཏན་འགའ་ཡང་མེད། །སྐྱེས་ཟིན་སྐྱར་ཡང་སྐྱེ་བར་  
 རིགས་པའང་མ་ཡིན་ཉིད། །ཅིས་སོགས་སྒྲོན་ཏེ། སྐྱེ་བཞིན་པའི་སྐུ་གུ་དེ་ནི་རང་  
 གི་བདག་ཉིད་དེ་ལས་འབྱུང་ན་འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་འགའ་ཡང་མེད་དེ། ཡོད་པ་

སྒྲུབ་ཉིད་ཐོབ་ཐེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་བདག་ལས་སྒྲེ་ན། སྒྲེས་ཐེན་སྒྲུབ་ཡང་སྒྲེ་  
བར་འགྱུར་ན། དེའང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། སྒྲེས་པ་སྒྲུབ་ཡང་སྒྲེ་བ་  
ཡོངས་སུ་རྟོག་ན་ནི། །ལྷ་གྲུ་སོགས་ཀྱི་སྒྲེ་བ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། །ས་བོན་སྤྱིད་  
མཐར་ཐུག་པར་སྒྲེ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཞེས་སྒྲོས་ཏེ། སྒྲེས་པ་སྒྲུབ་ཡང་སྒྲེ་བར་  
རྟོག་ན། ལྷ་གྲུ་དང་སྤྱོད་བྱ་དང་སྒྲུབས་འཆོས་པ་ལ་སོགས་པ་འབྲས་བུ་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་  
སྒྲེ་བའི་གོ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ས་བོན་དང་། ལྷ་གྲུ་དང་། སྤྱོད་བྱ་  
ལ་སོགས་པ་སྒྲུ་མ་སྒྲུ་མའི་གནས་སྐབས་མ་འགགས་པར་ཕྱི་མ་རྣམས་སྒྲེ་བ་མ་  
མཐོང་ལ། ས་བོན་ལ་སོགས་པ་བདག་ཉིད་ལས་སྒྲེ་ན་རང་སྒྲེ་བའི་རྒྱུ་ནམ་ཡང་  
མ་ཆང་བ་མེད་པས་ས་བོན་འགག་པའི་གོ་སྐབས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་མཚན་དེ་  
ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན། ས་བོན་རང་ཉིད་སྤྱིད་པའི་མཐར་ཐུག་པར་སྒྲེ་བར་ཡང་འགྱུར་རོ། །  
ཅི་སྟེ་ལྷ་གྲུའི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ཆུ་དང་དུས་ལ་སོགས་པས་ས་བོན་ལྷ་གྲུའི་གནས་  
སྐབས་སུ་འགྱུར་བར་བྱེད་ཅིང་། ལྷ་གྲུའང་རང་གི་བྱེད་པ་པོ་ས་བོན་དང་ལྷན་  
ཅིག་གནས་པར་འགལ་བའི་ཕྱིར། ས་བོན་འཇིག་པར་བྱེད་ཅིང་འབྲུང་བ་ཡིན་ཏེ།  
དེའི་ཕྱིར་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ཉེས་པ་མེད་ལ། ས་བོན་དང་ལྷ་གྲུ་གཞན་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་བདག་ལས་མི་སྒྲེ་བའང་མ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། འདིའང་མི་རུང་སྟེ། འདི་ལྟར།  
ཇི་ལྟར་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་རྣམ་པར་འཇིག་པར་འགྱུར། །ཇི་ལྟར་ལྷ་གྲུ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ས་  
བོན་དེ་རྣམ་པར་འཇིག་པར་གྱུར་ཏེ། ལྷ་གྲུ་ས་བོན་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
ས་བོན་རང་གི་བདག་ཉིད་བཞིན་ལོ། །རང་གིས་རང་འཇིག་པར་བྱེད་ན་ནི་ནམ་

ཡང་མི་འཇིག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཆུ་ལུང་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཀྱིས་ས་བོན་འཇིག་  
 པར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། དེའང་མི་རིགས་ཏེ། ས་བོན་དང་ཆུ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གཞན་  
 མ་ཡིན་ན། ལྷ་གྲུ་བཞིན་དུ་འཇིག་བྱེད་དུ་མི་རུང་ལ། གཞན་ཡིན་ན་བསམས་ཅད་  
 ཀྱིས་བསམས་ཅད་འཇིག་པར་བཤམ་བའི་ཕྱིར་མི་རིགས་སོ། །ཐོ་བ་བུམ་པ་ལས་  
 གཞན་ཡིན་ཡང་འཇིག་པར་བྱེད་པ་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལའང་  
 ཉེས་པ་མཆུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཐོང་བ་ལ་མི་རིགས་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན། ལྷ་མ་དང་  
 རྩི་ལམ་ལ་སོགས་པའང་བཤམ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་དག་ནི་འབྲུལ་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན།  
 དེ་ནི་འདིར་ཡང་མཆུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་། བྱེད་རྒྱ་ས་བོན་གྱི་ལས་ལྷ་  
 གུའི་དབྱིབས་དང་ནི། ཁ་དོག་རོ་ནུས་སྒྲིན་པའི་བྲ་དད་མེད་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་  
 ས་བོན་དང་ལྷ་གྲུ་བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ན། བྱེད་རྒྱ་ས་བོན་གྱི་དབྱིབས་དང་ཁ་  
 དོག་དང་རོ་དང་ནུས་པ་དང་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པའི་བྱེད་པར་རྣམས་དང་། ལྷ་གུའི་  
 དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་དང་རོ་དང་ནུས་པ་དང་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པའི་བྱེད་པར་བྲ་དད་  
 པ་མེད་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། བྲ་དད་པར་ཡང་དམིགས་པ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་སྟོག་  
 ལྷ་ལ་སོགས་པའི་ས་བོན་ལས་ཆུ་ཤིང་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་གྲུ་ལྷར་བདག་ཉིད་  
 གཅིག་པར་ཡང་མི་རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་རང་གི་སྒྲུ་གྱི་ངོ་བོ་ཡོངས་བཏང་ནས། །  
 གཞན་གྱི་ངོ་བོར་འགྱུར་ན་དེ་ཉིད་རི་ལྷར་ཡིན། །གལ་ཏེ་ས་བོན་རང་གི་སྒྲུ་ས་  
 བོན་གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡོངས་སུ་བཏང་ནས་གཞན་ལྷ་གུའི་གནས་སྐབས་  
 ཀྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པས། ས་བོན་དེ་ཉིད་ལྷ་གྲུར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྷར་ན་ལྷ་



གུ་དེ་ཉིད་ས་བོན་གྱི་ངོ་བོར་ཇི་ལྟར་ཡིན་དེ། ས་བོན་གྱི་ངོ་བོ་བཏང་ནས་གནས་སྐབས་གཞན་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ས་བོན་དང་མུ་གུའི་དབྱིབས་ལ་སོགས་པ་ཐ་དང་ཀྱང་རྫས་ཐ་དང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེན། མ་ཡིན་དེ། དབྱིབས་སོགས་ལས་མ་གཏོགས་པའི་རྫས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་། གལ་ཏེ་ས་བོན་མུ་གུ་འདིར་གཞན་མ་ཡིན་ན། །ས་བོན་བཞིན་དུ་མུ་གུ་གཟུང་དུ་མེད་པའམ། །ཡང་ན་དེ་བཞིན་དེ་ཡང་གཟུང་དུ་ཡོད་པར་འགྱུར། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་དེ་དག་གཅིག་པར་ཁས་མི་སྤང་། །གལ་ཏེ་བདག་སྐྱེ་འདོད་པའི་གནས་སྐབས་འདིར་ས་བོན་དང་མུ་གུ་གཞན་མ་ཡིན་ན། ཇི་ལྟར་མུ་གུའི་གནས་སྐབས་ན་ས་བོན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་འདྲ་གཟུང་དུ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་མུ་གུ་རང་གི་ངོ་བོ་འདྲ་གཟུང་དུ་མེད་པའམ། །ཡང་ན་མུ་གུའི་ངོ་བོ་གཟུང་བ་དེ་བཞིན་དུ། ས་བོན་གྱི་ངོ་བོ་འདྲ་གཟུང་དུ་ཡོད་པར་འགྱུར་དེ། ས་བོན་དང་མུ་གུ་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། གཅིག་ལ་གཟུང་མ་བཟུང་ཆ་གཉིས་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་བལ་བའི་ཉེས་པ་སྤང་བར་འདོད་པས་ནི་ས་བོན་དང་མུ་གུ་གཅིག་པར་ཁས་མི་སྤང་རོ། །གཉིས་པ་ཐ་སྐད་དུ་བདག་སྐྱེ་དགག་པ་ནི། གང་ཕྱིར་རྒྱ་ཞིག་ན་ཡང་འབྲས་བུ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། །དེ་དག་གཅིག་ཅེས་འཇིག་རྟེན་པས་ཀྱང་ཁས་ལེན་མེད། །གང་གི་ཕྱིར་རྒྱ་ས་བོན་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག་ཅིང་འགགས་སུ་ཟེན་ཀྱང་འབྲས་བུ་མུ་གུ་ཞེས་བྱ་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ན། ས་བོན་དང་མུ་གུ་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་འཇིག་རྟེན་པས་ཀྱང་ཁས་ལེན་པ་མེད་དེ། །དེ་དག་གཅིག་ཡིན་ན་ནི་མུ་གུ་བཞིན་ས་བོན་ཡང་མཐོང་བར་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་

ཕྱིར་དངོས་པོ་བདག་ལས་བྱུང་ཞེས་བརྟགས་པ་འདི། །དེ་ཉིད་དང་ནི་འཛིག་ཏེན་  
 དུ་ཡང་རིགས་མ་ཡིན། །གང་གི་ཕྱིར་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ལྟར་ཡང་བདག་ལས་སྐྱེ་བ་  
 རིགས་པ་དང་འགལ་བ་དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་རྣམས་བདག་ལས་འབྱུང་ཞེས་གཞན་  
 གྱིས་བརྟགས་པ་འདི་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་དང་། འཛིག་ཏེན་  
 ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་གཉིས་ཀར་དུའང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ལོ། །གཉིས་པ་བཀག་  
 པའི་མཐུག་བརྒྱ་བའི། བདག་སྐྱེས་འདོད་ན་བསྐྱེད་པར་བྱ་དང་སྐྱེད་བྱེད་དང་། །  
 ལས་དང་བྱེད་པོ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ན་དེ་དག་ནི། །གཅིག་ཉིད་མིན་པས་བདག་  
 ལས་སྐྱེ་བར་ཁས་སྒྲུང་བར། །བྱ་མིན་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པའི་ཉེས་པར་འགྱུར་ཕྱིར་རོ། །  
 དངོས་པོ་རྣམས་བདག་ལས་སྐྱེས་པར་འདོད་ན། བསྐྱེད་བྱ་དང་སྐྱེད་བྱེད་དང་།  
 ལས་དང་བྱེད་པ་པོའང་གཅིག་ཏུ་གྱུར་ན། དེ་དག་ནི་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་རིགས་པ་  
 མིན་ཏེ། ཡ་དང་བྱ་དག་དང་མིག་དང་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དག་ཀྱང་གཅིག་  
 ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་དངོས་པོ་རྣམས་བདག་ལས་སྐྱེ་  
 བར་ཁས་སྒྲུང་བར་བྱ་བ་མིན་ཏེ། གོང་དུ་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པའི་ཉེས་པར་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་གཞན་སྐྱེ་དགག་པ་ལ། དགག་པ་དངོས་དང་། ཞར་ལ་རྣམ་  
 རིག་པའི་ལུགས་དགག་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལའང་། ཕྱོགས་སྒྲ་མ་བརྗོད་པ་  
 དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རང་གི་སྤེལ་པ་དག་ན་རེ། འདིར་  
 དངོས་པོ་རྣམས་བདག་ལས་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་གང་སྒྲས་པ་དེ་ནི། རིགས་

བ་ཉིད་ཡིན་ན། འདི་སྐད་དུ། གཞན་ལས་ཀྱང་མིན་ཞེས་སྒྲིབ་ནི་མི་དགས་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་གཞན་དུ་འགྱུར་པའི་རྒྱུ་བཞི་པོ་རྒྱ་དང་། དེ་མ་ཐག་པ་དང་། དམིགས་  
 པ་དང་། བདག་པོའི་རྒྱུ་རྣམས་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་གསུང་རབ་ལ་ལྟོས་ནས་ཁས་བླང་བར་བྱའོ། །དེ་ལ་རྒྱ་དུག་གི་ནང་ནས་བྱེད་  
 རྒྱ་པོར་བ་གཞན་ལྟ་ནི་རྒྱའི་རྒྱུ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་གི་དམིགས་པ་  
 ནི་དམིགས་པའི་རྒྱུ་ནོ། །དགྲ་བཙུང་པ་ཐ་མའི་སེམས་སེམས་བྱུང་མ་གཏོགས་  
 པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ནི་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུ་ནོ། །བྱེད་རྒྱ་ནི་  
 བདག་པོའི་རྒྱུ་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཞན་དག་ན་རེ། སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ནི་རྒྱའོ་  
 ཞེས་པའི་མཚན་ཉིད་ལས་གང་ཞིག་གང་གིས་སྐྱེད་བྱེད་ས་པོན་གྱི་ངོ་བོར་གནས་  
 པ་དེ་ནི་དེའི་རྒྱའི་རྒྱུ་ཡིན་ལ། རྒྱ་པོ་ལ་བར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷང་བ་ལྟར། སེམས་  
 སེམས་བྱུང་རྒྱ་ལས་སྐྱེ་བཞིན་པ་རྣམས་དམིགས་པ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བ་དེ་ནི་  
 དམིགས་པའི་རྒྱུ་ནོ། །རྒྱ་འགག་མ་ཐག་པ་ནི་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བའི་དེ་མ་ཐག་པའི་  
 རྒྱུ་ནོ། །གང་ཞིག་ཡོད་ན་གང་འབྱུང་བ་དེ་ནི་བདག་པོའི་རྒྱུ་ཡིན་ནོ། །རྒྱུ་  
 གང་ལྟར་ཅིག་འབྱུང་བ་དང་། བྱེད་ས་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་འདིར་འདུས་ལ།  
 དབང་ལྷུག་ལ་སོགས་པ་ནི་རྒྱུ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་བྱེད་རྒྱ་པོ་མེད་དོ་ཞེས་  
 ཟེར་རོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གང་ཡང་ཆོས་མངོན་པ་སོགས་ལས་རྒྱུ་བཞི་  
 ཞེས་གང་གསུངས་པ་དེ་ནི་ཐ་སྐད་པ་ཡིན་གྱི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་ལ། སྐྱེ་བ་དག་  
 གིས་ནི་རྣམས་སུ་གྲུབ་པའི་རྒྱུ་བཞི་རྣམ་པར་འཛོག་པར་བྱེད་ལ། དེ་ནི་དེ་བཞིན་



གཤེགས་པས་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་རིགས་པ་དང་ལུང་དག་ལས་འགལ་བའི་  
 བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་གཞན་གྱིས་བརྟགས་པའི་རྒྱུན་བཞིན། བདེན་པ་གཉིས་ཀར་  
 རུ་དགག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་དབུ་མ་རྩ་བར་རྒྱུན་བཞིན་པོ་  
 སོ་སོའི་མཆོན་ཉིད་བཀག་ཟེན་པའི་བྱིར་འདིར་སྒྱིར་དགག་པ་ཅམ་ཞིག་བསྟན་གྱི།  
 སོ་སོར་དགག་པ་མ་མཛད་དོ། །གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ། བདེན་པ་གཉིས་ཀར་  
 རུ་དགག་པ་དང་། བཀག་པ་ལ་མི་འབྲད་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལའང་། དེ་ཁོ་  
 རར་དགག་པ་དང་། བསྟན་རུ་དགག་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལའང་། རྒྱ་འབྲས་  
 དོན་གཞན་ལ་ཅ་ཅང་བལ་བར་བརྗོད། དོན་གཞན་མིན་པར་བསྟན། མཐའ་བཞིར་  
 བརྟགས་ཏེ་དགག་པའོ། །

དང་པོའི་དབང་རུ་བྱས་ནས། གལ་ཏེ་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་གཞན་ཞིག་  
 འབྱུང་ན་ནི། །མི་ལྟེ་ལས་ཀྱང་མུན་པ་མཐུག་པོ་འབྱུང་འགྱུར་ཞིང་། །ཀུན་ལས་  
 ཐམས་ཅད་སྟེ་བར་འགྱུར་ཏེ་གང་གི་བྱིར། །སྟེ་བྱེད་མིན་པ་ཀུན་ལའང་གཞན་ཉིད་  
 མཚུངས་བྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་རྒྱ་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་ལུ་གཞན་ཞིག་འབྱུང་ན་མི་ལྟེ་  
 ལས་ཀྱང་མུན་པ་མཐུག་པོ་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་ཀྱང་གཞན་ཉིད་རུ་མཚུངས་  
 པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་བསྟན་བཅོས་ལས། རྒྱ་དང་འབྲས་ལུ་གཞན་ཉིད་  
 རུ། །ནམ་ཡང་འབྲད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །རྒྱ་དང་འབྲས་ལུ་གཞན་ཉིད་ན། །རྒྱ་  
 དང་རྒྱ་མིན་མཚུངས་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་། རྒྱ་དང་རྒྱ་མ་

ཡིན་པ་ཀུན་ལས་འབྲས་བུ་དང་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པ་བམས་ཅད་སྐྱེ་བར་འགྱུར་དེ།  
 གང་གི་ཕྱིར་རི་ལྟར་སྤྱུ་ལུའི་ས་བོན་སྤྱུ་ལུའི་སྤྱུ་གུ་ལས་གཞན་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
 སྤྱུ་ལུའི་སྤྱུ་གུའི་སྐྱེད་བྱེད་མ་ཡིན་པ་མེད་པ་སོལ་བ་དང་ནས་ཀྱི་ས་བོན་ལ་སོགས་  
 པ་ཀུན་ལའང་སྤྱུ་ལུའི་སྤྱུ་གུ་ལས་གཞན་ཉིད་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་  
 བམས་ཅད་ཀུན་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་དེ་གང་གི་ཕྱིར། བསྐྱེད་བྱ་མིན་པ་ཀུན་ལའང་  
 གཞན་ཉིད་མཚུངས་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་ཀྱང་འདོན་པ་བསྒྲུབ་ལ་བཤད་དོ། །གཞན་  
 གྱིས་ཏུ་ཅད་བལ་བའི་ཉེས་པ་སྤང་བར་འདོད་ནས། རབ་ཏུ་བྱེད་པར་རུས་པ་དེ་  
 ཕྱིར་འབྲས་བུར་ངེས་བཟོད་ཅིང་། གང་ཞིག་སྐྱེད་བྱེད་རུས་པ་དེ་ནི་གཞན་ནའང་  
 རྒྱ་ཡིན་ལ། རྒྱུད་གཅིག་ཏེགས་དང་སྐྱེད་པར་བྱེད་ལས་སྐྱེ་བ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །སྤྱུ་  
 ལུའི་སྤྱུ་གུ་ནས་ལ་སོགས་ལས་དེ་ལྟ་མིན་ཞེས། ཞེས་སྒྲིམ་སོ། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་  
 གཞན་ཡིན་ཡང་བམས་ཅད་ལས་བམས་ཅད་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་དེ། ངེས་པ་མཐོང་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར། གང་ཞིག་གང་གིས་རབ་ཏུ་བྱེད་པར་རུས་པ་དེའི་ཕྱིར།  
 དེ་ནི་དེའི་འབྲས་བུར་ངེས་པར་བཟོད་ཅིང་། གང་ཞིག་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་  
 རུས་པ་དེ་ནི་གཞན་ཡིན་དུ་ཟེན་ཀྱང་རྒྱ་ཡིན་དེ། ངེས་ན་གཞན་ཅུང་པར་བ་རྒྱ་  
 འབྲས་ཡིན་གྱི། གཞན་ཙམ་ནི་མ་ཡིན་ལ། རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་གཏོགས་ཤིང་རིགས་  
 འདྲ་བ་དང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་གྱི། རྒྱ་ཐ་དད་པ་ནས་ཀྱི་ས་བོན་  
 སོགས་ལས་སྤྱུ་ལུའི་སྤྱུ་གུ་འཇམ། རྒྱུད་གཅིག་ཡིན་ཀྱང་སྐྱེད་བྱེད་མ་ཡིན་པ་སྐྱད་  
 ཅིག་མ་ཕྱི་མ་ལ་སྐྱད་ཅིག་མ་སྤྱུ་མ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་བམས་ཅད་ལས་

ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བར་ཐལ་བ་དེ་ལྟ་མིན་མོ་ཞེ་ན། གཞན་ཁྱད་པར་བ་སྐྱབ་པའི་སྐྱབ་  
 བྱེད་འདི་དག་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱ་དང་མཚུངས་པར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ལན་ཡང་དག་པ་  
 མ་ཡིན་མོ། །རྩི་ལྟར་བསྐྱབ་བྱ་ལྟར་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཞེ་ན། རྩི་ལྟར་ནས་དང་གེ་  
 སར་དང་ནི་ཀེར་བྱ་ཀ་ལ་སོགས། །རྩི་པ་མེད་དང་རྒྱད་གཅིག་མིན་དང་འདྲ་བ་  
 མིན་པ་དག །སྤྱི་ལུང་ལྟ་བུའི་སྐྱེད་བྱེད་མིན་པར་འདོད་པ་དེ་བཞིན་དུ། །སྤྱི་ལུང་  
 ས་བོན་ཉིད་ཀྱང་དེ་ཡི་མིན་ཏེ་གཞན་ཉིད་ཕྱིར། །རྩི་ལྟར་ནས་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་  
 ལུང་ལྟ་བུ་སྐྱེད་པ་ལ་རྩི་པ་མེད་པ་དང་། རྒྱད་གཅིག་མིན་པ་དང་། རིགས་འདྲ་  
 བ་མིན་པ་དང་། སྤྱི་ལུང་ལྟ་བུའི་སྐྱེད་བྱེད་མིན་པར་འདོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་ལུང་  
 ས་བོན་ཉིད་ཀྱང་སྤྱི་ལུང་ལྟ་བུ་ལ་རྩི་པ་མེད་པ་དང་། རྒྱད་གཅིག་པ་མིན་པ་དང་།  
 རིགས་འདྲ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། སྤྱི་ལུང་ལྟ་བུ་ལས་གཞན་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཀེར་བྱ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་མོ། །དེས་བས་ན་རྒྱ་འབྲས་གཞན་  
 ཉིད་དུ་ཁས་ལེན་པ་ལ་ནི་གཞན་ཐམས་ཅད་རྒྱ་འབྲས་སུ་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ།  
 གཞན་ཁྱད་པར་བའི་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱ་དང་མཚུངས་པར་མ་གྲུབ་པར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་མོ། །དེ་ལྟར་ན་དབུ་མ་པ་རྒྱ་འབྲས་གཞན་མ་ཡིན་པར་འདོད་པ་  
 ལའང་དངོས་པོ་རྣམས་བདག་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། བདག་ཉིད་ལས་གཞན་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་ཐལ་བ་མཚུངས་སོ་ཞེ་ན། །ཁོ་བོ་ཅག་གིས་རྒྱ་འབྲས་  
 གཞན་ཡིན་པ་བཀག་པ་ཅུ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་འགའ་ལ་འབྲས་བུ་འགའ་  
 ཞིག་སྐྱེ་བར་བསྐྱབས་པ་མེད་ན་རྩི་ལྟར་ཐལ་བ་མཚུངས་པ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་དབུ་



མ་པའི་ཐལ་བ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་སྒོ་གྲོས་ཚུང་བ་བདག་དངངས་ཏེ། སུན་འབྲིན་པ་  
 དང་ལན་སྒྲ་བར་བྱེད་ཀྱང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སུན་དབྱུང་བར་ཡང་མི་རྣམས་ལ། ལན་  
 ཡང་དག་པར་སྒྲ་བ་ཡང་མི་རྣམས་ཏེ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་བསྐྱར་བཅོས་ལས། སྒྲིང་བ་ཉིད་ཀྱིས་བརྩུང་བྱས་ཆོ། །གང་ཞིག་ལན་  
 འདེབས་སྒྲ་བྱེད་པ། །དེ་ཡིས་ཐམས་ཅད་ལན་བཏབ་མིན། །བསྐྱབ་པར་བྱ་དང་  
 མཚུངས་པར་འགྱུར། །སྒྲིང་བ་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་བྱས་ཆོ། །གང་ཞིག་སྒྲིམ་འདོགས་  
 སྒྲ་བྱེད་པ། །དེ་ཡིས་ཐམས་ཅད་སྒྲིམ་བཏགས་མིན། །བསྐྱབ་པར་བྱ་དང་མཚུངས་  
 པར་འགྱུར། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྒྱ་འབྲས་དོན་གཞན་མ་ཡིན་པར་བསྐྱར་བ་ནི། ལྷ་གྲུ་ས་བོན་  
 དུས་མཉམ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་ཉིད་མེད་པར་ས་བོན་གཞན་དུ་ག་ལ་འགྱུར། །  
 དེས་ན་ལྷ་གྲུ་ས་བོན་ལས་སྐྱེ་འགྱུར་མིན་པས། །གཞན་ལས་སྐྱེ་ཞེས་བྱ་བའི་ཕྱོགས་  
 འདི་གཏོང་བར་བྱོས། །འདི་ན་བྱམས་པ་དང་ཉེར་སྤྲུལ་དུས་མཉམ་པ་དག་  
 ཁོ་ན་པོ་ཚུན་སྒྲིམ་ནས་གཞན་ཉིད་དུ་རྣམ་པར་འཛོག་ན། ལྷ་གྲུ་དང་ས་བོན་དུས་  
 མཉམ་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ས་བོན་མ་འགག་པར་ལྷ་གྲུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་དེ་དག་གཞན་ཉིད་དུ་མེད་པས་ས་བོན་ལས་ལྷ་གྲུ་གཞན་དུ་ག་ལ་འགྱུར།  
 གཞན་ཉིད་མེད་པ་དེ་བས་ན་ལྷ་གྲུ་ས་བོན་དོན་གཞན་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་མིན་  
 པས། དངོས་པོ་རྣམས་གཞན་ལས་སྐྱེའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཕྱོགས་འདི་གཏོང་བར་བྱོས་  
 བྱིག །གལ་ཏེ་ས་བོན་དང་ལྷ་གྲུ་དུས་མཉམ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་གཞན་ཉིད་དུ་མ་

གྲུབ་པོ་ཞེས་སྒྲུབ་པ་དེ་མི་རིགས་ས། །དེ་ཅི་འདྲི་བྱེད་ཞེན། རི་ལྟར་སྤང་གི་མདའ་གཉིས་  
 མཐོ་དང་དམའ་བ་དག །དུས་མཉམ་མ་ཡིན་མིན་པར་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་དུ། །  
 བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་དག་གིས་དུས་མཉམ་འགྱུར་ཞེན། །རི་ལྟར་སྤང་གི་མདའ་  
 མགོ་མཇུག་གཉིས་མཐོ་བ་དང་དམའ་བ་དག་དུས་མཉམ་པ་མ་ཡིན་པ་མིན་པ་དེ་  
 བཞིན་དུ། བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་སྐྱེད་བྱེད་ས་བོན་དག་གི་སྐྱེ་བ་དང་འགག་པ་འདྲ་དུས་  
 མཉམ་པར་འགྱུར་བས་གཞན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པོ་ཞེན། དེའང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དཔེ་དང་དོན་ལ་འདྲ་བ་མེད་པའི་བྱེད་རོ། །འདི་ལྟར། གལ་ཏེ་དུས་གཅིག་ཡིན་  
 ཡང་འདིར་དུས་གཅིག་མེད་དེ། །སྐྱེ་བཞིན་པ་དེ་སྐྱེ་ལ་ཕྱོགས་པས་ཡོད་མིན་ཞིང་། །  
 འགག་བཞིན་པ་ནི་ཡོད་ཀྱང་འཇིག་ལ་ཕྱོགས་གྱུར་པ། །དེ་ཆེ་འདི་དག་རི་ལྟར་  
 སྤང་དང་མཚུངས་པ་ཡིན། །སྤང་མདའི་མཐོ་དམན་དག་ད་ལྟར་བ་ཡིན་པས་དུས་  
 གཅིག་པ་ཡིན་ཡང་། ས་བོན་དང་སྐྱེ་བྱེད་འདིར་ནི་དུས་གཅིག་པ་མེད་དེ། སྐྱེ་བྱེད་སྐྱེ་  
 བཞིན་པ་ནི་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་དུ་ཕྱོགས་པ་ཅམ་ཡིན་པས་ད་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ།  
 ས་བོན་འགག་བཞིན་པ་ནི་འཇིག་པ་ལ་མངོན་དུ་ཕྱོགས་པ་ཅམ་ཡིན་པས་ད་ལྟར་  
 ཡོད་པ་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ། སྐྱེ་བྱེད་དང་ས་བོན་གྱི་སྐྱེ་བ་དང་འགག་པ་འདི་དག་རི་ལྟར་  
 ར་སྤང་གི་མཐོ་དམན་དང་མཚུངས་པ་ཡིན། ཅི་སྟེ་ས་བོན་དང་སྐྱེ་བྱེད་ཆོས་དག་  
 དུས་མི་མཉམ་ཡང་། སྐྱེ་བ་དང་འགག་པའི་བྱ་བ་དག་དུས་མཉམ་མོ་ཞེན་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཆོས་ལས་ཐ་དད་པའི་བྱ་བ་མེད་པའི་བྱེད་རོ། །གཞན་ཡང་། སྐྱེ་བ་འདི་ནི་བྱེད་པོ་  
 མེད་པར་རིགས་མ་ཡིན། །སྐྱེ་བྱེད་པའི་བྱ་བ་འདི་ནི་ས་བོན་འགག་པ་ལ་མངོན་

དུ་ཕྱོགས་པའི་ཆེ་ཡོད་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཆེ་སྐྱེ་བའི་བྱ་བ་དེའི་བྱེད་པོ་  
 སྟེ་རྟེན་སྐྱུ་གུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འགག་བཞིན་པའི་ཆེ་སྐྱེ་བཞིན་པའི་བྱ་  
 བ་ཡོད་པར་ཡང་མི་རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་སྤང་མདའི་མཐོ་དམན་གྱི་ཚུ་ལ་དུ་ས་བོན་  
 འགག་པའི་སྐད་ཅིག་དེ་ཉིད་ལས་སྐྱུ་གུ་སྐྱེའོ་ཞེས་འཇགས་པ་སྤྱ་ལུ་ལྟར་པའི་མདོ་  
 ལས་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེན། གསུངས་མོད་གྱི། དེ་ནི་གཞན་ལས་སྐྱེ་བར་  
 བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཡང་མ་ཡིན་ལ། སྐྱེ་བ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པར་བསྟན་  
 པའི་ཕྱིར་ཡང་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་ཅིག་ཅར་དུ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་མ་བརྟགས་  
 པར་གྲུབ་པ་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུ་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། རི་སྐད་དུ་སློབ་དཔོན་གྱིས།  
 ས་བོན་ཞིག་དང་མ་ཞིག་ལས། །སྐྱུ་གུ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པས། །བྱེད་གྱིས་སྐྱེ་བ་  
 ཐམས་ཅད་ནི། །སྐྱེ་མ་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་གསུངས། །ཞེས་བཤད་དོ། །གལ་ཏེ་ས་  
 བོན་དང་སྐྱུ་གུ་ལྟ་བུ་དུས་མི་མཉམ་པ་དག་གཞན་དུ་མེད་ཀྱང་། མིག་ལ་སོགས་  
 པ་དང་། ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་རང་དང་ལྟན་ཅིག་པ་རྣམས་མིག་  
 གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱེན་དུ་འགྱུར་བས། དེ་ལྟར་བུའི་རྒྱ་འབྲས་དུས་  
 མཉམ་པ་དག་ལ་གཞན་ཉིད་ཡོད་པས་གཞན་སྐྱེ་འགྱུར་བོ་ཞེན། དེ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དུས་མཉམ་པ་རྒྱ་འབྲས་སུ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར། མིག་གི་སློ་ལ་རང་  
 གི་སྐྱེད་བྱེད་དུས་གཅིག་པ། །མིག་ལ་སོགས་དང་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བ་འདུ་ཤེས་  
 ལས། །གཞན་ཉིད་ཡོད་ན་ཡོད་ལ་འབྱུང་བས་དགོས་ཅི་ཡོད། །དེ་མེད་ཅེ་ན་འདི་  
 ལ་ཉེས་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །མིག་གི་སློ་ལ་རང་གི་སྐྱེད་བྱེད་རང་དང་དུས་གཅིག་



པའི་མིག་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དང་། རང་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་འདྲ་  
 ཤེས་ལ་སོགས་པ་སེམས་བྱུང་རྣམས་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་གཞན་ཉིད་དུ་  
 ཡོད་ན། མིག་གི་ཤེས་པ་དེ་ཡོད་དགོས་ཏེ། མེད་ན་དེ་ལས་གཞན་དུ་མི་འབྱུང་  
 བའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡོད་ན་ཡོད་པ་ལའང་འབྱུང་བ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་དེ། ཡོད་  
 བས་མིག་དང་འདྲ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་དེ་སྐྱེད་བྱེད་དུ་དོན་མེད་དོ། །ཅི་སྟེ་ཉེས་པ་  
 དེ་སྤང་བར་འདོད་ནས་མིག་གི་རྣམ་ཤེས་དེ་མེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་སྐྱེད་སྐྱས་པ་འདི་ལ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་མིག་ལ་སོགས་པ་གཞན་མ་  
 ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཉེས་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེ་ལྟར་ན་གཞན་ལས་སྐྱེ་བར་ཁས་ལེན་པ་ན།  
 གཞན་དུ་གྲུབ་ན་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་དུ་མི་འབྱུང་ལ། བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་དུ་གྲུབ་  
 ན་གཞན་ཉིད་མ་གྲུབ་པས། དེའི་སྤྱིར་གཞན་ལས་སྐྱེ་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འདི་  
 རིགས་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །

གསུམ་པ་མཐའ་བཞིར་བརྟགས་ནས་དགག་པ་ནི། སྐྱེད་བྱེད་བསྐྱེད་བྱ་  
 གཞན་སྐྱེད་པ་དེ་རྒྱ་ཡིན་ན། །ཡོད་མེད་གཉིས་དང་གཉིས་ཀ་མིན་པ་སྐྱེ་འབྱུང་  
 གྲང་། །ཡོད་ན་ཅི་དགོས་མེད་ལའང་དེས་ནི་ཅི་ཞིག་བྱ། །གཉིས་ལ་ཅི་བྱ་གཉིས་  
 དང་བྲལ་ལ་དེས་ཅི་བྱ། །གལ་ཏེ་སྐྱེད་བྱེད་གང་གིས་བསྐྱེད་བྱ་རང་ལས་དོན་གཞན་  
 པར་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དེ་རྒྱ་ཡིན་ན། བསྐྱེད་བྱ་ཡོད་པའམ། མེད་པའམ། གཉིས་  
 ཀའམ། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་སྐྱེད་བྱེད་དུ་འབྱུང་གྲང་། རྣམ་པ་གཞན་མེད་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་ལྟོགས་དང་པོ་མི་རིགས་ཏེ། ཡོད་པ་ལ་སྐྱེད་བྱེད་ཅི་

དགོས་ཏེ། སྒྲིམ་ཐིན་སྒྲུབ་ཡང་སྒྲེ་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏིང་། །ཅེས་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཉེས་པ་བཤད་ཐིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་མེད་པ་ལའང་སྐྱེད་བྱེད་  
 དེས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ། རི་བོང་གི་རྩ་ལྟར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་བཞི་བརྒྱ་པ་  
 ལས། འབྲས་བུ་ཡོད་པར་གང་འདོད་དང་། །འབྲས་བུ་མེད་པར་གང་འདོད་ལ།  
 བྱིས་ཀྱི་དོན་དུ་ཀ་བ་སོགས། །བརྒྱན་པའི་དོན་ཡང་མེད་པར་འགྱུར། །ཅེས་གསུངས་  
 ཤིང་བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་། འབྲས་བུ་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་ན། །རྒྱས་ནི་ཅི་ཞིག་སྐྱེད་  
 པར་བྱེད། །འབྲས་བུ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ན། །རྒྱས་ནི་ཅི་ཞིག་སྐྱེད་པར་བྱེད། །ཅེས་  
 གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡོད་པ་དང་མེད་པ་གཉིས་ཡིན་ནའང་དེ་ལ་རྒྱུན་རྣམས་  
 གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ། ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ལ་བཤད་ཐིན་ཉེས་པ་རྣམས་འབྱུང་བའི་  
 ཕྱིར་དང་། ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་ངོ་བོ་གཉིས་ནི་དུས་གཅིག་དུ་གཅིག་ལ་སྤྱིད་  
 པའང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་། ཟུང་ན་འདས་པ་  
 དངོས་པོ་དང་། །དངོས་མེད་གཉི་གར་ཇི་ལྟར་འགྱུར། །དེ་གཉིག་གཅིག་ལ་ཡོད་  
 མིན་ཏེ། །སྒྲུབ་བ་དང་ནི་སྒྲུན་པ་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡོད་པ་དང་  
 མེད་པ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་འབྲས་བུ་ལའང་རྒྱུན་རྣམས་གྱིས་ཅི་བྱ་སྟེ། ཡོད་པ་  
 དང་མེད་པའི་གཉིས་ཀ་སྤངས་པས་འབྲས་བུ་ཡོད་པར་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 གང་གི་ཆོ་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་མ་གྲུབ་པ་དེའི་ཆོ། དེ་དག་བཀག་པས་བཀག་པའི་  
 ཡོད་པའང་མ་ཡིན། མེད་པའང་མ་ཡིན་པའང་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐྱོད་  
 དུའང་བསྟན་བཅོས་ལས། དངོས་མེད་དངོས་པོ་མེད་མིན་པ། །ཟུང་ན་འདས་པ་

གང་སྟོན་པ། །དངོས་པོ་མེད་དང་དངོས་པོ་དག །གྲུབ་ན་དེ་ནི་གྲུབ་པར་འགྱུར། །  
ཅེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཐ་སྟོན་དུ་བཀག་པ་ལ། རྩོད་པ་དགོད་པ་དང་། ལན་བསྟན་  
པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཁོ་བོ་ཅག་གིས་གཞན་ལས་སྐྱེ་བར་གྲུབ་པར་བྱ་བའི་  
བྱིར་རིགས་པ་གང་དང་གང་སྟོན་པ་དེ་ཐམས་ཅད་བྱད་ཤིང་སྐྱམ་པོ་མར་གྱིས་  
བྱན་པ་ལྟར་བྱོད་གྱི་སྟོ་གྲོས་གྱི་མེས་བསྐྱེད་པས་བྱོད་གྱི་སྟོ་གྲོས་གྱི་མེ་སྟོར་བ་  
ལྟར་བྱོད་པའི་རིགས་པའི་བྱད་ཤིང་བསྐྱུལ་བས་ཚོག་གོ། །གལ་ཏེ་རིགས་པ་མ་  
བསྟན་ན་མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་མི་འགྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས། མ་ཡིན་ཏེ།  
རིགས་པ་མེད་པར་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་ལས་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་གྲུབ་པའི་བྱིར་  
རོ། །འདི་ལྟར། རང་ལྟ་ལ་གནས་འཇིག་རྟེན་ཚད་མར་འདོད་པས་ན། །འདིར་  
ནི་རིགས་པ་བརྗོད་པ་ཉིད་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ། །གཞན་ལས་བྱུང་བའང་འཇིག་རྟེན་པ་  
ཡིས་རྟོགས་འགྱུར་ཏེ། །དེས་ན་གཞན་སྐྱེ་ཡོད་འདིར་རིགས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། །འཇིག་  
རྟེན་པ་འདི་དག་ནི་རིགས་པའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་བར་རང་གི་ལྟ་བུ་ཁོ་ན་ལ་གནས་  
ནས་སྤང་དོར་ལ་འཇུག་ལྟོག་བྱེད་ཅིང་། བྱས་པ་ལྟར་དོན་ཡང་ཐོབ་པས། འཇིག་  
རྟེན་པའི་ལྟ་བུ་ཉིད་ཚད་མར་འདོད་པས་ན། །གཞན་སྐྱེ་སྐྱབ་པའི་སྐྱབས་འདིར་  
རིགས་པ་བརྗོད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ། །དངོས་པོ་རྣམས་རྒྱ་གཞན་ལས་བྱུང་བའང་  
འཇིག་རྟེན་པའི་ལྟ་བུ་རྟོགས་པའི་བྱིར་། །དེས་ན་རིགས་པ་མེད་པར་ཡང་གཞན་  
སྐྱེ་ཡོད་པས་གཞན་སྐྱེ་སྐྱབ་པ་འདིར་རིགས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞིང་། །གཞན་སྐྱེ་འགོག་



པ་ལ་འཛིག་རྟེན་པའི་ལྷ་བས་གཞོད་པའང་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདིའི་ལན་ལ།

ཞར་བྱང་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དང་། དཀྱུས་མ་འཛིག་རྟེན་གྱིས་  
མི་གཞོད་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གང་ཞིག་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་  
ལོག་པར་མ་རྟོགས་ཤིང་། ཐོག་མ་མེད་པའི་ལམ་བར་དངོས་པོར་མངོན་པར་  
ཞེན་པའི་བག་ཆགས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ། དངོས་པོར་མངོན་པར་ཞེན་པའི་མཛའ་  
བོ་དང་མ་བྲལ་བར་ཐོས་པ་ན། འཛིག་རྟེན་པའི་གཞོད་པའི་སྒྲ་བརྟོལ་ལ་བརྟེན་  
པ་འདི་ནི། འཛིག་རྟེན་པའི་འབྱང་ཚུལ་མང་ཞིང་རྒྱ་ཆེ་བ་མ་བསྟན་པར་འཛིག་  
རྟེན་པའི་གཞོད་པའི་སྒྲ་བརྟོལ་ལས་སྒྲིག་པར་མི་རུས་པས། རེ་ཞིག་བདེན་པ་  
གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཞག་པ་བཤད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་  
སྒྱུར་བསྟན་པ་དང་། རོ་བོ་སོ་སོར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལའང་དངོས་དང་། ཞར་  
ལ་མཐོང་བ་བརྟུན་པའི་དབྱེ་བ་བསྟན་པའོ། །དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། དངོས་  
ཀྱན་ཡང་དག་བརྟུན་པ་མཐོང་བ་ཡིས། །དངོས་རྟེན་རོ་བོ་ཉིད་ནི་འཛིན་པར་གྱུར། །  
ཡང་དག་མཐོང་ཡུལ་གང་ཡིན་དེ་ཉིད་དེ། །མཐོང་བ་ལུལ་པའི་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་  
པར་གསུངས། །ཞེས་སྒྲིས་སོ། །འདི་ནི། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རོ་བོ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
པ་མཐུན་པ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱི་དང་ནང་གི་དངོས་པོ་  
ཀྱན་ལ་རོ་བོ་གཉིས་གཉིས་འཛིན་པར་ཉེ་བར་བསྟན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། དོན་དམ་  
པ་དང་། ཀྱན་རྫོབ་བོ། །དེ་ལ་དོན་དམ་པ་ནི་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་དག་པའི་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་བདག་གི་དངོས་པོ་རྟེན་པ་གང་ཡིན་པའོ། །ཀྱན་རྫོབ་ནི་སོ་སོ་

སྐྱེ་བོ་མ་རིག་པའི་ཡིང་ཐོག་གིས་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱི་མིག་བསྐྱེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྩོན་པ་  
 མཐོང་བ་མ་རིག་པའི་སྒྲོ་བས་ཀྱིས་བདག་གི་དཔྱད་པོ་རྟེན་པ་གང་ཡིན་པའོ། །  
 རང་གཞན་དེ་གཉིས་ལས། ཡང་དག་པ་མཐོང་བའི་ཡུལ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡོད་  
 པ་དང་མེད་པ་དང་རྟག་དང་ཆད་པ་དང་གཤམ་བྱ་དང་གཤམ་པ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་  
 པའི་མཚན་མ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ཐ་སྙད་ཅི་ཡང་བདག་སྐྱེ་མེད་པ། འཕགས་  
 པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོ་སྟོ་རང་རིག་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཞིག་སྟེ། དེ་ནི་དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ཞེས་ཐ་སྙད་དུ་བྱས་སོ། །མཐོང་བ་ལྟུང་པའི་  
 ཡུལ་ནི་བརྟེན་པ་དང་། རྣམ་པར་རྟོག་པས་གང་ཟག་དང་། ཆོས་སྐྱེ་ཐ་སྙད་བདག་སྐྱེ་  
 ཤིང་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཆོས་གཟུགས་ནས་རྣམ་མཁྱེད་གྱི་བར་ཇི་སྟེན་པ་སྟེ།  
 དེ་དག་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པར་བྱབ་པས་གསུངས་སོ། །བདེན་པ་གཉིས་པོ་  
 འདི་དག་གཅིག་གམ་ཐ་དད་ཅེ་ན། གཅིག་པའང་མ་ཡིན་ཐ་དད་པའང་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་དག་པམ་ཚུན་སྟོས་ནས་རྣམ་པར་འཇོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཞིག་གང་ལ་སྟོས་  
 པ་དེ་ནི་དེ་དང་གཅིག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། རང་ཉིད་རང་ལ་སྟོས་པ་ལ་དགོས་པ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། སྟོས་པ་པོ་མ་གྲུབ་ན་སྟོས་ས་  
 ལས་གཞན་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། གྲུབ་ན་གཞན་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་སྒྲོ་བ་དཔོན་གྱིས། གང་ལ་བརྟེན་ནས་གང་འབྱུང་བ། །དེ་ནི་རེ་ཞིག་དེ་  
 ཉིད་མིན། །དེ་ལས་གཞན་པའང་མ་ཡིན་ཏེ། །དེའི་ཕྱིར་ཆད་མིན་རྟག་པ་མིན། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །བདེན་པ་གཉིས་པོ་འདི་དག་ནི་ལྟར་པམ་ཚུན་སྟོས་

ནས་རྣམ་པར་བཞག་ཅེ་ན། བདེན་པ་ལ་ལྷོས་ནས་རྩུན་པར་རྣམ་པར་འཇོག་ལ།  
 རྩུན་པ་ལ་ལྷོས་ནས་བདེན་པར་རྣམ་པར་འཇོག་པའི་བྱིར་རོ། །བདེན་པ་གཉིས་  
 གྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་རྒྱས་པར་ནི་གཞན་དུ་བཤད་པའི་བྱིར་འདིར་ཡི་གེར་མ་  
 བཏོད་དོ། །གཉིས་པ་མཐོང་བ་ལུའུ་ལ་བའི་དབྱེ་བ་ལའང་། ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་  
 གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ། ཡུལ་རྩུན་པའི་དབེ་བརྗོད་པ། དེས་ན་དེ་ཉིད་ལ་འཇོག་རྟེན་  
 པས་མི་གཞོན་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། མཐོང་བ་ལུའུ་ལ་  
 པའང་རྣམ་པ་གཉིས་འདོད་དེ། །དབང་པོ་གསལ་དང་དབང་པོ་སྒྲིམ་ལུན་ལོ། །  
 སྒྲིམ་ལུན་དབང་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པ་ནི། །དབང་པ་ལེགས་ཐུར་ཤེས་ལྷོས་ལོག་  
 པར་འདོད། །ཅེས་སོགས་སྒྲིམ་ཏེ། མཐོང་བ་ལུའུ་ལ་པའང་དབྱེ་ན་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ།  
 དབང་པོ་དུག་པོ་བྱི་ནང་གི་རྒྱུན་གྱིས་མ་བསྐྱད་པའི་གསལ་པོ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་  
 པ་དང་། དབང་པོ་དུག་པོ་བྱི་ནང་གི་རྒྱུན་གྱིས་བསྐྱད་པ་སྒྲིམ་ལུན་ལས་བྱུང་བའི་  
 ཤེས་པའོ། །དེ་ལ་རབ་རིབ་དང་མིག་སེར་གྱི་ནད་དང་། རྩ་རྩུ་ར་ཐོས་པ་སོགས་  
 ནི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་ལ་གཞོན་པའི་རྒྱུན་ནང་ན་ཡོད་པའོ། །ཏིལ་མར་དང་།  
 རྩ་དང་། མེ་ལོང་དང་། ཐུག་ཕུག་ལ་སོགས་པ་དང་། ཉི་མའི་ཟེར་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ནི་དབང་པོ་ལ་གཞོན་པའི་རྒྱུན་བྱི་ན་ཉི་བར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གི་  
 དབང་གིས་ནང་གི་ལུའུ་ལ་རྒྱ་མེད་པར་ཡང་གཟུགས་བརྒྱན་དང་། མིག་རྒྱ་དང་།  
 ཐུག་ཅ་དང་། རྩ་རྩུ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུང་བ་འབྱུང་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་མིག་ལུའུ་ལ་  
 མཁན་ལ་སོགས་པས་སྒྱུར་བའི་སྒྲགས་དང་སྒྲན་ལ་སོགས་པའང་བྱིའི་རྒྱུན་ཡིན་



ནོ། །ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་གཞོན་པའི་རྒྱུན་ནི་དེ་དག་དང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པས་  
 བྱས་པའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ལ་སོགས་པ་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལྟར་སྒྲུབ་བ་རྣམས་  
 མོ། །དེ་ལ་རི་རྒྱན་བཤད་པའི་ལུལ་རྒྱུ་རྒྱུན་དང་ལྟན་པའི་དབང་པོ་ལས་བྱུང་  
 བ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་ཕྱི་ནང་གི་གཞོན་པའི་རྒྱུན་དང་བྲལ་བའི་དབང་པོ་  
 ལེགས་པར་གྱུར་པའི་ཤེས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་ལོག་པའི་ཤེས་པར་འདོད་དོ། །རི་ལྟར་  
 འཇིག་རྟེན་པའི་ཤེས་པ་ལ་ཕྱི་ཅི་ལོག་པ་དང་། ཕྱི་ནང་མ་ལོག་པའི་སྒྲི་ནས་རྣམ་  
 པ་གཉིས་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཡུལ་ཡང་བདེན་པ་དང་རྒྱན་པ་གཉིས་ཡིན་ཞེས་  
 བསྟན་པའི་ཕྱིར། གཞོན་པ་མེད་པའི་དབང་པོ་དུག་རྣམས་ཀྱིས། །གཟུང་བ་གང་  
 ཞིག་འཇིག་རྟེན་གྱིས་རྟོགས་དེ། །འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལས་བདེན་ཡིན་ལྟག་མ་ནི། །  
 འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལས་ལོག་པར་རྣམ་པར་བཞག་ །ཅེས་སྒྲོས་སོ། །ཕྱི་ནང་གི་རྒྱུན་  
 གྱིས་གཞོན་པ་མེད་པའི་དབང་པོ་དུག་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གཟུང་བའི་དོན་གང་ཞིག་  
 འཇིག་རྟེན་གྱིས་རྟོགས་པ་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་བདག་གིས་བདེན་པར་མཛོན་པར་  
 ཞེན་པས་ཐ་སྙད་དུ་མི་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར། འཇིག་རྟེན་པ་ཉིད་ལས་བདེན་པར་རྣམ་པར་  
 བཞག་གི་འཕགས་པ་རྣམས་ལ་ལྟོས་ནས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་དངོས་པོ་དེ་  
 དག་གཟུགས་བརྟན་དང་འདྲ་བར་གཟེགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལས་ལྟག་མ་གཟུགས་  
 བརྟན་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་བསྐྱེད་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟུང་  
 བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལས་ལོག་པར་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། དེ་དག་  
 ལ་འཇིག་རྟེན་པ་དག་བདེན་པར་མཛོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པས། སྤང་དོར་གྱི་ཡུལ་

དུ་ཐ་སྟོད་བྱེད་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ཡུལ་རྩུ་ན་པའི་དཔེར་བརྗོད་པའི་  
 དབང་དུ་བྱས་ནས། མི་ཤེས་གཉིད་ཀྱིས་རབ་བསྐྱོད་མུ་སྟེགས་ཅན། །རྣམས་ཀྱིས་  
 བདག་ཉིད་ཇི་བཞིན་བརྟགས་པ་དང་། །སྒྱུ་མ་སྟོག་རྒྱ་སྟོགས་ལ་བརྟགས་པ་གང་། །  
 དེ་དག་འཇིག་རྟེན་ལས་ཀྱང་ཡོད་མིན་ཉིད། །ཅེས་སྟོས་སོ། །གནས་ལུགས་ལ་  
 མྱོངས་པའི་མི་ཤེས་པའི་གཉིད་མཐུག་པོས་རབ་དུ་བསྐྱོད་ཅིང་བརྒྱམས་པར་བྱས་  
 པའི་བྱི་དང་ནང་གི་མུ་སྟེགས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་རབ་གི་གཞུང་ལུགས་དག་དུ་བདག་  
 དང་། གཙོ་བོ་དང་། དབང་ལྷུག་དང་། རྟེན་ཐུན་དང་། ཀུན་གཞི་ལ་སྟོགས་བདག་  
 ཉིད་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་བརྟགས་པ་དང་། དབང་པོ་བསྐྱོད་པའི་སྒྲུང་བ་སྒྱུ་མ་དང་མིག་  
 རྒྱུ་ལ་སྟོགས་པ་ལ་བྱི་རོལ་དུ་ཀུན་བརྟགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་འཇིག་རྟེན་  
 གྱི་ཐ་སྟོད་ལས་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །འཇིག་རྟེན་པ་དག་དེ་དག་གི་སྟོན་མ་ཐ་  
 སྟོད་བྱེད་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །བྱི་ནང་གི་གྲུབ་མཐའ་སྒྲུབ་རྣམས་ཀྱིས་རྣམ་པར་  
 བཞག་པ་རྣམས་དོན་དམ་པར་མེད་མོད་ཐ་སྟོད་དུ་ཇི་ལྟར་མེད་ཅེ་ན། བྱི་ནང་གི་  
 མུ་སྟེགས་ཅན་རྣམས་ནི་ཡུལ་དུ་བྱུང་བར་འགྲོ་བར་འདོད་པས་ཤིང་གི་ཡལ་ག་སྒྲུ་  
 མ་བཏང་ནས་ཡལ་ག་བྱི་མ་བསྟགས་ཏེ་མ་ཟིན་པ་ལྟར། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འདུག་  
 པར་འདོད་པས། དངོས་པོ་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྐྱེ་བོ་གནག་རྫོང་འི་བར་ལ་གྲགས་པའི་  
 སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པ་སྟོགས་རྣམས་རྣམ་པར་སྤངས་ཏེ། རྟོག་གི་ངན་པས་གནས་  
 ལུགས་བྱིན་ཅི་ལོག་དུ་སྒྲོ་བཏགས་ནས། བདེན་པ་གཉིས་ཀ་ལས་ཉམས་ཏེ་ལྟ་བ་  
 ངན་པའི་གཡང་ས་ཆེན་པོར་ལྷུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇིག་རྟེན་

པས་མི་གཞོད་པར་བསྟན་པ་ནི། མིག་ནི་རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་མཐོང་བ་ཡིས། །  
 རབ་རིབ་མེད་ཤེས་ལ་གཞོད་མིན་རྩི་ལྟར། །དེ་བཞིན་དྲི་མེད་ཡེ་ཤེས་སྤངས་པའི་  
 སྟོས། །དྲི་མེད་སྟོ་ལ་གཞོད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །གཞན་ལས་སྟེ་བ་དགག་པ་འདི་ནི་  
 འཇིག་རྟེན་པའི་ཤེས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་དགག་པ་སྦྱས་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་འཕགས་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་གཟིགས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་དགག་པ་སྦྱས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར། རྩི་  
 ལྟར་རབ་རིབ་གྱིས་བསྟན་པའི་མིག་ཅན་གྱིས་མཐོང་བ་ཡིས། རབ་རིབ་མེད་པའི་  
 ཤེས་པས་མཐོང་བ་ལ་གཞོད་པ་མིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། དྲི་མ་མེད་པ་འཕགས་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་སྤངས་པ་འཇིག་རྟེན་པའི་བྱ་སྟངས་ལ་འཇུག་པའི་སྟོས་གཞན་ལས་སྟེ་བ་  
 སྟོས་ཀྱི་བྱ་བ་ཏུ་ཟེན་གྱིར། མི་ཤེས་པའི་རབ་རིབ་ཀྱི་དྲི་མ་མེད་པའི་འཕགས་པའི་  
 སྟོའི་ཡུལ་སྟེ་མེད་སྟོས་ལ་གཞོད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ཁོ་ན་ནིད་  
 རྣམ་པར་དཔྱེད་པའི་སྐབས་སུ་འཇིག་རྟེན་ཚད་མར་བྱེད་པའི་པ་རོལ་པོ་ནི་དམ་པ་  
 དག་གིས་བཞད་གད་དུ་བྱ་བར་འོས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་བདེན་གཉིས་སོ་སོའི་ངོ་བོ་ལ། རེ་ཞིག་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་  
 པའི་རང་བཞིན་བསྟན་པའི་ཕྱིར། གཉི་མུག་རང་བཞིན་སྦྱིབ་ཕྱིར་ཀྱན་རྫོབ་སྟེ། །  
 དེས་གང་བདེན་པར་མཐོང་བའི་བཅོས་མ་དེ། །ཀྱན་རྫོབ་བདེན་ཞེས་བྱུང་བ་དེས་  
 གསུངས་ཏེ། །བཅོས་མར་གྱུར་པའི་དངོས་ནི་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་འོ། །འདིས་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་གནས་ལུགས་ལ་སྦྱོངས་པར་བྱེད་པས་གཉི་མུག་གོ། །དེ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་  
 ལུགས་གཞན་དུ་སྟོ་འདོགས་པར་བྱེད་པས་རང་བཞིན་མཐོང་བ་ལ་སྦྱིབ་པའི་ཕྱིར་



ཀུར་རྫོབ་ཅེས་བྱ་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཀུར་རྫོབ་དེས་དངོས་པོ་གང་ཞིག་བདེན་པར་མཐོང་  
 ཞིང་ཞེན་པ་དེ་ནི་གནས་ལུགས་ལ་མ་ཞུགས་པས་བཅོས་མ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
 འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ཀུར་རྫོབ་གྱི་བདེན་པར་བདེན་པ་གཉིས་གྱི་རང་བཞིན་ངེ་ལྟ་  
 བ་བཞིན་གཟིགས་པའི་ཐུབ་པ་དེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་ཉོན་མོངས་  
 ཅན་གྱི་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་ཀུར་རྫོབ་གྱི་བདེན་པ་རྣམས་པར་བཞག་གོ །ཀུར་  
 རྫོབ་གྱི་བདེན་པ་དེའང་འཕགས་པ་ཉོན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དང་འཁོར་མོངས་པ་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་སྤངས་པ་རྣམས་གྱིས་བཅོས་མར་  
 གྱུར་པའི་དངོས་པོ་གཟུགས་བརྟན་དང་འདྲ་བར་གཟིགས་པའི་ཕྱིར་ཀུར་རྫོབ་  
 ཅམ་དུ་རྣམ་པར་བཞག་གི བདེན་པར་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་བདེན་པར་མངོན་པར་སྒྲོམ་  
 པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བཤད་མ་ཐག་པའི་ཀུར་རྫོབ་ཅམ་དེའང་། ཉོན་མོངས་པ་  
 ཅན་མ་ཡིན་པའི་མ་རིག་པ་ཅམ་ཀུར་དུ་སྒྲིད་པའི་ཕྱིར་སྤང་བ་དང་བཅས་པའི་  
 སྒྲིད་ཡུལ་ཅན་གྱི་འཕགས་པ་རྣམས་ལ་རྗེས་ཐོབ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་སྤང་གི  
 མཉམ་གཞག་གི་གནས་སྐབས་སུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །སྤང་བ་མེད་པའི་སྒྲིད་ཡུལ་ཅན་གྱི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་རྣམས་  
 ལ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་སྤང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་  
 སྒྲོས་པའི་མཚན་མ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ངོ་བོར་མངོན་པར་རྫོགས་  
 པར་བྱང་ཆུབ་པའི་ཕྱིར། སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱ་བ་གཏན་ལོག་པར་  
 འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ངེ་ལྟར་གཤམ་པར་བྱ་ཞེ་ན། དེ་ལ་མ་རིག་པ་ནི་གཉིས་ཏེ།

ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དང་། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའོ། །དང་པོ་ནི་བདག་དང་  
 བདག་གི་བར་མདོན་པར་ཞེན་པའི་སྒྲོ་ནས་ལམ་བའི་རྒྱར་གྱུར་པའོ། །གཉིས་  
 པ་ནི་གཟུགས་སོགས་ཆོས་སུ་མདོན་པར་ཞེན་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་དུ་  
 སྒྲར་བ་སྐྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་གོམས་པས་སྒྲོང་ངོ་། །  
 བྱི་མ་ནི་ཆོས་སུ་བདག་མེད་པ་གོམས་པས་སྒྲོང་ངོ་། །སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་འདས་  
 རྣམས་ནི་བདག་མེད་པ་གཉིས་གོམས་པ་མཐར་བྱིན་པའི་བྱིར་མ་རིག་པ་རྣམ་པ་  
 གཉིས་ཀ་ལྟོག་ལ། དེའི་བྱིར་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་མཆན་མ་ཅིའང་སྒྲར་བ་མེད་  
 པ་ཡིན་ཅོ། །གལ་ཏེ་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་རྣམས་ལའང་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་གྱི་  
 སྒྲར་བ་མངའ་ན་འབྲུལ་པ་མ་སྒྲངས་པར་འགྱུར་ཏེ་ཡུལ་རྫུན་པ་སྒྲར་བའི་བྱིར་མི་  
 ལམ་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་བཞིན་ཅོ། །ཅི་སྟེ་སྒྲར་ཡང་བདེན་པར་ཞེན་པ་མེད་  
 པའི་བྱིར་འབྲུལ་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་ནམ་མཁར་སྐྱ་ཤད་  
 དང་ཟླ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བ་ན། འདི་དག་ནི་ཡང་དག་པའི་སྐྱ་ཤད་དང་  
 ཟླ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཅོ་སྟམ་དུ་མདོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པའི་བྱིར་མ་འབྲུལ་  
 པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་གཟུགས་སོགས་མ་དག་པའི་སྒྲར་བ་ནི་མ་  
 རིག་པའི་རྒྱ་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་རྣམས་ལ་མི་སྒྲར་གི་གསེར་  
 གྱི་ས་གཞི་དང་རིན་པོ་ཆེའི་གཞུང་མེད་ཁང་ལ་སོགས་པ་དག་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲར་  
 བ་ཡིན་པའི་བྱིར་དེ་ཡོད་པས་འབྲུལ་པ་མངའ་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དག་པའི་  
 སྒྲར་བ་དེ་དག་ཡང་དག་པར་གྱུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོན་ལམ་དང་ཞིང་སྒྲོར་བ་ལ་

སོགས་པའི་དག་བའི་རྩ་བ་ལས་བྱུང་བས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་དག་རྒྱ་དང་རྟེན་ལས་མ་བྱུང་བར་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་  
 པ་ཡིན་ན། ཕྱི་རོལ་པ་གང་དག ཁ་བ་རྒྱ་སྒྲིས་མེ་ཏོག་དང་། ཁ་ཞོ་བ་མོ་མུ་ཏིག་  
 མདོག གཏུགས་དཀར་བཟུང་བའི་དབྱིབས་འདྲ་བ། ཐར་པ་ཡིན་པར་རྒྱལ་  
 བས་བཤད། ཅེས་འཇིག་རྟེན་གསུམ་བཤུལ་བ་ན་གཏུགས་དཀར་པོ་བྱེན་ལ་  
 བསྐྱངས་པ་འདྲ་བའི་ཐར་པ་འདོད་པ་དང་མཚུངས་པས། བསྟན་པ་འདི་ལས་ཕྱི་  
 རོལ་ཏུ་གྲུབ་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། ཅི་སྟེ་དག་པའི་སྒྲུང་བ་དེ་དག་རྟེན་འབྲེལ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པར་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ན། དེའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་འབྲུལ་པ་མ་སྤངས་པའི་ཐལ་བ་སོ་ན་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་རྩུན་པ་  
 སྒྲུང་བའི་ཡུལ་ཅན་མ་འབྲུལ་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཐུབ་པ་རྣམས་ལ་  
 སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་མི་མངའ་ན། ཇི་ལྟ་བ་དང་། ཇི་སྟེད་  
 པ་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་མེད་པའི་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 ཕྱིན་ལས་འདུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་  
 ལོ་བསྐྱོར་བ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པའང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སྒྲོའི་གཡོ་བ་སྒྲོན་ཏུ་  
 གཏོང་བ་ལ་ལྟོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོན་གྱི་སྒྲོན་ལམ་དང་། གཏུལ་བྱའི་བསོད་  
 རྣམས་ཀྱི་དབང་ལས་འབད་པ་མེད་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཏེ། ལྷའི་རྩ་བོ་ཆེ་ལས་  
 ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ་འབྱུང་བ་དང་། དག་པའི་ཞིང་འགའ་ཞིག་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སྒྲོན་  
 གྱི་སྒྲོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་རྩི་ཤིང་ནགས་ཆལ་ལ་སོགས་པ་སེམས་མེད་པ་དག་



ལས་ཀྱང་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། མཚན་མ་མེད་པ་དང་། སྟོན་པ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་  
 ཚོས་ཀྱི་སྒྲུ་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །ཕྱོགས་འདི་ནི་རྒྱས་པར་འོག་ཏུ་གཞུང་ནས་འཆད་  
 པར་འབྱུང་པའི་བྱིར་མ་སྟོས་སོ། །དེ་ནི་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་བསྟན་པར་འདོད་  
 པས། དེའང་བརྗོད་དུ་མེད་ཅིང་ཤེས་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པས་དངོས་སུ་བསྟན་པར་  
 མི་ནུས་པའི་བྱིར་ཉན་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་ཉམས་སུ་སྟོང་པའི་དཔེའི་སྟོན་ས་  
 གསལ་བར་བྱ་བའི་བྱིར་བཤད་པ། རབ་རིབ་མཐུ་ཡིས་སྒྲུ་ཤད་ལ་སོགས་པའི། །  
 རོ་བོ་ལོག་པ་གང་ཞིག་རྣམ་བཟླས་པ། །དེ་ཉིད་བདག་ཉིད་གང་དུ་མིག་དག་  
 པས། །མཐོང་སྟེ་དེ་ཉིད་དེ་བཞིན་འདིར་ཤེས་གྱིས། །རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་རབ་  
 རིབ་ཀྱི་མཐུས་རང་གི་ལག་ན་ཐོགས་པའི་བསེ་རུ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་གྱི་ནང་དུ་  
 སྒྲུ་ཤད་ལ་སོགས་པའི་རོ་བོ་ལོག་པ་གང་ཞིག་ཡོད་པར་རྣམ་པར་བཟླས་ནས་དེ་  
 བསལ་བར་འདོད་པས་སྟོན་དེ་གྲེ་ལྷོག་བྱེད་པར་ཆོགས་ཐོབ་པར་རིག་སྟེ། འདི་  
 ཅི་ཞིག་བྱེད་སྟུང་ནས་རབ་རིབ་མེད་པས་དེའི་གམ་དུ་བྱིན་ནས་སྒྲུ་ཤད་ཀྱི་ཡུལ་  
 དེར་མིག་གཏད་ཀྱང་སྒྲུ་ཤད་མ་དམིགས་ཤིང་། དེའི་རྟེན་ཅན་དངོས་པོ་དང་དངོས་  
 པོ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་མཚན་མ་གང་དུའང་སྒྲུ་ཤད་ཀྱི་ཡུལ་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པར་  
 མི་བྱེད་དོ། །ཡང་རབ་རིབ་མེད་པས་རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་སྒྲུ་ཤད་ལ་མདོན་པར་  
 ཞེན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་བསལ་བར་འདོད་པས། དེའི་དོར་བྱས་ནས་སྒྲུ་ཤད་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དགག་པ་སྒྲས་ཀྱང་སྒྲུ་བ་པོ་ལ་སྒྱུར་བ་འདེབས་པའི་ཉེས་  
 པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲུ་ཤད་ལ་སོགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་བདག་ཉིད་དམ་རང་བཞིན་

ནི་བསེ་རུ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོད་གང་དུ་མིག་དག་པས་མཐོང་བ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི། རབ་  
 རིབ་ཅན་གྱི་མཐོང་བ་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 དཔྱེད་པའི་སྐབས་འདིར་ཡང་། མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་བྱིས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ལུང་པོ་དང་། །ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་ངོ་བོ་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 ནི་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་ལ། མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་དང་བྲལ་བའི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་  
 འདས་རྣམས་ཀྱིས་མིག་དག་པས་སྐྱེ་ཤད་མི་མཐོང་བའི་ཚུལ་དུ། ལུང་པོ་ལ་སོགས་པ་  
 མ་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དོན་དམ་པའི་བདེན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །གལ་  
 ཏེ་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་ནི་མཐོང་བ་མེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནམ། ཇི་ལྟར་ན་  
 དེ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་གཟིགས་ཞེ་ན། བདེན་མོད་ཀྱི། །འོན་ཀྱང་དེ་ནི་ཅིའང་  
 མ་གཟིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་དེ་དག་གིས་གཟིགས་སོ་ཞེས་བརྗོད་དེ། ཇི་སྐད་དུ་  
 འཕགས་པ་བདེན་པ་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་ལས། ལྟའི་བྱ་གལ་ཏེ་དོན་དམ་པར་ན་  
 དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ལུས་དང་ངག་དང་ཡིད་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་འགྱུར་ན་  
 ནི་དེ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གྲངས་སུ་མི་འགྲོ་སྟེ། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་  
 པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །འོན་ཀྱང་ལྟའི་བྱ་དོན་དམ་པར་ན་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་  
 ནི་ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པ། བྱེ་བྲག་མེད་པར་མ་སྒྲེས་པ། མ་འགགས་པ།  
 སྒྲ་བར་བྱ་བ་དང་། སྒྲ་བ་དང་། ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་། ཤེས་པ་དང་བྲལ་བའོ། །  
 ལྟའི་བྱ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་དང་ལྷན་པ། རྣམ་  
 པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་བར་ལས་འདས་པ་ཡིན་ཏེ། ཇི་

ལྷ་རྩོན་དམ་པའི་བདེན་པའོ། །ཞེས་བརྗོད་པ་ལྷ་རྩོན་མ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་བརྗོད་པའོ། །སྤྱི་བའི་ཆོས་སོ། །ལྷ་འི་བྱ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ནི་བསྟན་  
 བར་མི་རུས་སོ། །དེ་ཅིའི་བྱ་རྒྱུ་ཞེ་ན། གང་གིས་སྟོན་པ་དང་། ཅི་སྟོན་པ་དང་།  
 གང་ལ་སྟོན་པའི་ཆོས་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་དོན་དམ་པར་རབ་ཏུ་མ་སྐྱེས་པའོ། །རབ་  
 ཏུ་མ་སྐྱེས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་མ་སྐྱེས་པའི་ཆོས་རྣམས་བཤད་པར་མི་  
 རུས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྷ་རྩོན་ཞེས་ལ་འོངས་པ་བརྗོད་ནས་དགྲུས་  
 མ་འཇིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་པ་མེད་པར་བསྟན་པ་ལ། གཞན་སྐྱེ་འཇིག་རྟེན་ལ་གྱུ་བ་  
 གྱུར་མི་གཞོད་པ་དང་། གཞན་སྐྱེ་འཇིག་རྟེན་ལ་འང་མ་གྱུ་བ་པར་བསྟན་པ་དང་།  
 རྟེན་འབྲེལ་རྟག་ཆད་མེད་པར་གྱུ་བ་པའི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་ཉ་ཅང་  
 ཐལ་བ་བརྗོད་པ་ནི། གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་ཆད་མ་ཡིན་ན་ནི། །འཇིག་རྟེན་དེ་ཉིད་  
 མཐོང་བས་འཕགས་གཞན་གྱིས། །ཅི་དགོས་འཕགས་པའི་ལམ་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ། །  
 ལྷ་རྩོན་པོ་ཆད་མར་རིགས་པ་འང་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དཔྱེད་པའི་སྐབས་  
 སུ་འཇིག་རྟེན་ཆད་མ་ཡིན་ན། །འཇིག་རྟེན་པ་ཉིད་གྱིས་དེ་ཉིད་མཐོང་བས། དེ་ཁོ་  
 ན་ཉིད་སྟོན་པ་ལ་འཕགས་པ་གཞན་བསྟེན་ཅི་ཞིག་དགོས་ཏེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་  
 རྩལ་ལ་འཇིག་རྟེན་རང་ཉིད་མཁས་པའི་བྱ་རྩལ་ལ། །ཅི་སྟེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མཁས་  
 སུ་ཟིན་གྱུར་། དེ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ལ་འཕགས་པའི་ལམ་ལ་བསྟེན་དགོས་གིང་།  
 འཕགས་པའི་ལམ་གྱི་ཐབས་རྩལ་བྱིམས་དང་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་  
 འཕགས་པ་གཞན་ལ་བསྟེན་པར་བྱ་དགོས་སོ་ཞེ་ན། དེ་འང་མ་ཡིན་ཏེ། འཇིག་



རྟེན་རང་ཉིད་གྱི་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་གྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོན་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་འཕགས་པའི་ལམ་གྱི་བྱབས་ཚུལ་  
 བྱིས་ས་དང་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་འབད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ་དོན་མེད་དོ། །དེ་བས་  
 ར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སྒྲུན་པོ་འཛིག་རྟེན་པ་ཚད་མར་རིགས་པ་མ་ཡིན་པས་འཛིག་  
 རྟེན་གྱིས་གཞན་སྟེ་གྲུབ་ཀྱང་གཞོད་པ་མེད་དོ། །རྣམ་ཀུན་འཛིག་རྟེན་ཚད་མིན་  
 དེ་ཡི་ཕྱིར། །དེ་ཉིད་སྐབས་སུ་འཛིག་རྟེན་གཞོད་པ་མེད། །ཇི་སྐད་བཤད་པའི་  
 ཚུལ་དེ་ཉིད་གྱིས་ན། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དབྱེད་པའི་སྐབས་སུ་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་འཛིག་  
 རྟེན་ཚད་མ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་འཛིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་པ་མེད་དོ། །འཛིག་རྟེན་  
 གྱིས་གཞོད་པའི་ཡུལ་བསྟན་པ་ནི། འོ་ན་ཇི་ལྟར་འཛིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་པར་  
 འགྱུར་ཞེ་ན། འཛིག་རྟེན་དོན་ནི་འཛིག་རྟེན་གྲགས་ཉིད་གྱིས། །གལ་ཏེ་སེལ་ན་  
 འཛིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་འགྱུར། །དཔེར་ན། །ཁ་ཅིག་གིས་ངའི་རྩ་ས་འཕྲོགས་སོ་  
 ཞེས་སྒྲུས་པ་ན། ཅིག་ཤོས་གྱིས་རྩ་ས་ཅི་ཞིག་ཡིན། དེས་སྒྲུས་པ། ལུས་པའོ། །  
 ལུས་པ་ནི་རྩ་ས་མ་ཡིན་ཏེ་གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩི་ལམ་གྱི་ལུས་པ་བཞིན། ཅིས་  
 སུན་འབྱེན་པ་ལྟ་བུ། འཛིག་རྟེན་གྲགས་པའི་དོན་འཛིག་རྟེན་ན་གྲགས་པ་ཉིད་  
 གྱིས་སེལ་ན་འཛིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་པར་འགྱུར་གྱི། གང་གི་ཆོའཕགས་པའི་གཟིགས་  
 པ་ལ་གནས་ནས། མཁས་པ་ཚད་མར་བྱེད་པ་དེའི་ཆོའཕགས་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་  
 པ་མ་ཡིན་ལོ། །གཉིས་པ་གཞན་སྟེ་འཛིག་རྟེན་ལའང་མ་གྲུབ་པར་བསྟན་པ་ནི།  
 གང་ཕྱིར་འཛིག་རྟེན་ས་ཐོན་ཅུམ་བཏབ་ནས། །བདག་གིས་བྱ་འདི་བསྐྱེད་ཅིས་སྒྲུ་

བྱེད་ཅིང་། ཤིང་ཡང་བཅུག་སྒྲིལ་དུ་སེམས་དེས་ན། གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་འཛིག་  
 རྟེན་ལས་ཀྱང་མེད། རྟོག་པོ་རྣམས་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་  
 ལྟ་ཞོག འཛིག་རྟེན་ལས་ཀྱང་གྲུབ་པ་མེད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་འཛིག་རྟེན་པ་དག་  
 མའི་མངལ་དུ་བུའི་ས་བོན་མི་གཙང་བ་བྱུགས་ནས། ཕྱིས་ཀྱི་ཁྱེའུ་ལ་དམིགས་  
 རས་བདག་གིས་བུ་འདི་བསྐྱེད་ཅེས་སྒྲུབ་པར་བྱེད་ཅིང་། ཤིང་གི་ས་བོན་ཅམ་བཏབ་  
 རས། ཕྱིས་ཀྱི་ཤིང་ཕྱོན་པ་ལ་དམིགས་ནས་འདི་འང་བདག་གིས་གཙུག་སྒྲིལ་  
 དུ་སེམས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། རྒྱུ་འབྲས་གཞན་དུ་གྲུབ་ན། ས་བོན་ཅམ་བཏབ་  
 རས་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་ལ་འདི་དག་བདག་གིས་བསྐྱེད་དོ་ཞེས་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད་  
 འདོགས་པར་བྱེད། དེའི་ཕྱིར་རྒྱུ་འབྲས་དོན་གཞན་དུ་འཛིག་རྟེན་པ་དག་བསྐྱེད་  
 བྱེད་པ་མེད་དོ། །

གསུམ་པ་རྟེན་འབྲེལ་རྟག་ཆད་མེད་པར་གྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་ནི།  
 གང་ཕྱིར་སྐྱུ་གུ་ས་བོན་ལས་གཞན་མིན། རྟེན་ཕྱིར་སྐྱུ་གུ་ཆེ་ས་བོན་ཞིག་པ་མེད། །  
 གང་ཕྱིར་གཅིག་ཉིད་ཡོད་མིན་དེ་ཕྱིར་ཡང་། སྐྱུ་གུ་ཆེ་ས་བོན་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་མི་  
 བྱེད། གཞན་ཏེ་སྐྱུ་གུ་ས་བོན་ལས་གཞན་ཡིན་ན་ནི། སྐྱུ་གུ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་ས་བོན་རྒྱུ་  
 ཆད་པར་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་བ་མེན་ཡོད་པས་བ་ལང་གི་འང་རྒྱུ་མ་ཆད་པར་  
 མི་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། ཁོ་བོ་ཅག་གི་ལྟར་ན་སྐྱུ་གུ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་ས་བོན་ཞིག་ཅིང་  
 རྒྱུ་ཆད་པ་མེད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་སྐྱུ་གུ་ས་བོན་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེས་ནི་ཆད་པ་རྣམ་པར་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། སྐྱུ་གུ་ཆེ་ས་བོན་རྟག་པར་ཡོད་ཅེས་

གྲང་བརྗོད་པར་མི་བྱ་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་སྐྱུ་གུ་ས་བོན་དང་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་  
 མིན་པ་དེའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ནི་རྟག་པ་རྣམ་པར་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་མདོ་  
 ལས། ས་བོན་ཡོད་ན་སྐྱུ་གུ་ཇི་བཞིན་དེ། །ས་བོན་གང་ཡིན་སྐྱུ་གུ་དེ་ཉིད་མིན། །  
 དེ་ལས་གཞན་མིན་དེ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ལྟར་རྟག་མིན་ཆད་མིན་ཆོས་ཉིད་དོ། །  
 ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །འདིར་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ས་བོན་དང་སྐྱུ་གུ་དག་  
 ལ་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཡོད་ན་རྣམ་པ་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཅིག་གམ་གཞན་  
 ཉིད་དུ་འགྱུར་དགོས་ན། གང་གི་ཆེ་ས་བོན་དང་སྐྱུ་གུ་གཉིས་ཀའང་སྒྲོས་བཏགས་  
 པ་ཅམ་དུ་ཟད་གྱི། རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་གྲང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་ཕྱི་ལམ་གྱི་  
 ས་བོན་དང་སྐྱུ་གུ་ལྟར་དུས་གཅིག་ཉིད་དམ་གཞན་དུ་ག་ལ་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་དངོས་པོ་འགའ་ཡང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་སྐྱེ་བ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་འདི་གདོན་མི་ཟ་བར་ཁས་སྤང་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར། གལ་ཏེ་རང་གི་  
 མཆོན་ཉིད་བརྟེན་འབྱུང་ན། །དེ་ལ་སྐྱུར་བས་དངོས་པོ་འཇིག་པའི་ཕྱིར། །སྒྲོང་  
 ཉིད་དངོས་པོ་འཇིག་པའི་རྒྱར་འགྱུར་ན། །དེ་ནི་རིགས་མིན་དེ་ཕྱིར་དངོས་ཡོད་  
 མིན། །གལ་ཏེ་གཟུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སྒྲོས་བཏགས་པ་ཅམ་མ་  
 ཡིན་པར་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་ན། གང་གི་ཆེ་  
 རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་མེད་པར་སྒྲོང་པ་ཉིད་དུ་མཐོང་  
 བ་དེའི་ཆེ་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་དེ་ལ་སྐྱུར་བ་བཏབ་  
 པས། ཇི་ལྟར་ཐོ་བ་ལ་སོགས་པས་བུམ་པ་འཇིག་པར་བྱེད་པར་ལྟར་སྒྲོང་པ་ཉིད་



གྱིས་དངོས་པོ་འཛིག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་སྟོང་ཉིད་དངོས་པོ་འཛིག་པའི་རྒྱར་འགྱུར་ན།  
 དེ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་བརྟེན་པ་ལས། འོད་  
 སྒྲུངས་གཞན་ཡང་དབུ་མའི་ལམ་ཆོས་རྣམས་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་ནི། གང་རྟོག་པ་  
 ཉིད་གྱིས་ཆོས་རྣམས་སྟོང་པར་མི་བྱེད་དེ། ཆོས་རྣམས་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། གང་  
 མཆོན་མ་མེད་པས་ཆོས་རྣམས་མཆོན་མ་མེད་པར་མི་བྱེད་དེ། ཆོས་རྣམས་ཉིད་  
 མཆོན་མ་མེད་པ་དང་། གང་སྟོན་པ་མེད་པས་ཆོས་རྣམས་ཉིད་སྟོན་པ་མེད་པར་  
 མི་བྱེད་དེ། ཆོས་རྣམས་ཉིད་སྟོན་པ་མེད་པ་དང་། ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་རྣམས་རང་གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་སྒྲེ་བ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ཅོ། །གལ་ཏེ་དོན་དམ་པར་ཆོས་རྣམས་སྒྲེ་བ་མེད་པ་ཡིན་མོད། ཀྱན་རྫོང་ཏུ་  
 གཞན་ལས་སྒྲེ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ཀྱན་རྫོང་ཏུ་རང་སྒྲེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 བདེན་པ་གཉིས་སུ་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དོན་དམ་པར་བདེན་པ་གཉིས་མེད་མོད།  
 འོན་ཀྱང་ཐ་སྙད་ཏུ་ཀྱན་རྫོང་གི་བདེན་པ་འང་དོན་དམ་པ་རྟོགས་པའི་ཐབས་སུ་  
 དེ་ཉིད་དང་། གཞན་ལས་སྒྲེ་བར་རྣམ་པར་མ་དབྱེད་པར་འཛིག་རྟོན་གྱི་ལུགས་  
 ལ་བརྟེན་ནས་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་དེ། འདི་ལྟར། གང་ཕྱིར་དངོས་པོ་འདི་དག་  
 རྣམ་དབྱེད་ན། །དེ་བཞིན་ཉིད་གྱི་དངོས་ལས་ཚུ་རོལ་ཏུ། །གནས་རྟེན་མ་ཡིན་དེ་  
 ཕྱིར་འཛིག་རྟོན་གྱི། །ཐ་སྙད་བདེན་ལ་རྣམ་པར་དབྱེད་མི་བྱ། །གང་གི་ཕྱིར་གཟུགས་  
 དང་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་འདི་དག་ཅི་བདག་ལས་སྒྲེ་བ་ཞིག་གམ།  
 འོན་ཏེ་གཞན་ལས་སྒྲེ་ཞེས་རྣམ་པར་དབྱེད་ན་དོན་དམ་པར་དེ་བཞིན་ཉིད་སྟོང་པ་

ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་སྒྲེ་བ་དང་འགག་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ལས་ཚུ་རོལ་དེ་བཞིན་  
 དུ་གྱུར་བ་སྒྲེ་བ་དང་འགག་པ་ལ་སོགས་པ་ཅན་དུ་གནས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་  
 འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་ཀྱི་བདེན་པ་ལ་བདག་དང་གཞན་ལ་སོགས་པར་རྣམ་པར་  
 དབྱེད་པ་མེད་པར་འཇིག་རྟེན་པས་མཐོང་བ་འདི་ཡོད་ན་འདི་འབྱུང་ཞེས་པ་འདི་  
 ཅུམ་ཞིག་གཞན་ལ་རག་ལས་པར་འཇུག་པའི་སྒྲོན་མ་ཁས་སྤང་བར་བྱ་སྟེ། འཕགས་  
 པ་ལྟས། ཇི་ལྟར་གྲུ་གྲོ་སྒྲོད་གཞན་གྱིས། །གཟུང་བར་མི་རུས་དེ་བཞིན་དུ། །འཇིག་  
 རྟེན་པ་ཡིས་མ་གཏོགས་པར། །འཇིག་རྟེན་གཟུང་བར་རུས་མ་ཡིན། །ཅེས་གསུངས་  
 པ་ལྟ་བུའོ། །རྣམ་པར་དབྱེད་ན་འཇིག་རྟེན་ཐ་སྙད་ཀྱང་འཇིག་པར་འགྱུར་ཏེ། ཇི་  
 སྒྲོད་དུ། མདོ་ལས། དཔེར་ན་གིང་དང་རྒྱུད་ལ་བརྟེན་བྱས་ནས། །ལག་པའི་རྩྭ་ལ་  
 བ་བྱས་པ་གསུམ་ཚོགས་ན། །སྒྲིག་བྱེད་པེ་ལྷང་གྲིང་བུ་ལ་སོགས་ལས། །དེ་དག་  
 ལས་སྒྲེས་སྒྲུ་ཡང་འབྱུང་བར་འགྱུར། །དེ་ནས་མཁས་པ་ལ་ལས་བརྟགས་བྱས་ཏེ། །  
 དེ་ནི་གང་ནས་འོངས་ལ་གར་སོང་ཞེས། །ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་མཚམས་ཀུན་ཏུ་  
 བརྟགས་བྱས་ན། །སྒྲུ་ཡི་འོང་བའམ་འགོ་བ་རྟེན་མི་འགྱུར། །དེ་ལྟར་རྒྱ་དག་དང་  
 བོ་རྒྱུན་དག་ལས། །འདུ་བྱེད་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་སྟེ། །ཡང་དག་མཐོང་  
 བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིས་ནི། །འདུ་བྱེད་སྟོང་པ་གཡོ་བ་མེད་པར་མཐོང་། །ལུང་པོ་  
 དག་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཁམས་རྣམས་ནི། །ནང་ཡང་སྟོང་ལ་ཕྱིར་རོལ་སྟོང་པ་སྟེ། །  
 སེམས་ཅན་བདག་གིས་སྟོང་ཞིང་གནས་མེད་ལ། །ཚོས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནམ་མཁའི་  
 རོ་བོ་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཐ་སྙད་ཀྱི་བདེན་པ་ལ་མདོན་པར་

ཞེན་པ་འདི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་བུར་གི་རྒྱར་འགྱུར་བས་རྗེས་འགའ་  
 ཞིག་ཀུན་རྗེ་བ་ཏུ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་དགོས་སོ་ཞེས་སྒྲུ་ན། དེ་སྐད་དུ་སྒྲུ་བ་  
 དེའང་ཆོག་ཙམ་དུ་ཟད་དེ་དེ་ལྟར། དེ་ཉིད་སྐབས་སུ་རིགས་པ་གང་ཞིག་གིས། །  
 བདག་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བའང་རིགས་མིན་པས། །རིགས་དེ་ཐ་སྐད་དུ་ཡང་རིགས་  
 མིན་པས། བྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་གང་གིས་ཡིན་པར་འགྱུར། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དཔྱོད་པའི་  
 སྐབས་སུ་རི་སྐད་བཤད་པའི་རིགས་པ་གང་ཞིག་གིས་བདག་དང་གཞན་ལས་  
 དངོས་པོ་རྣམས་སྐྱེ་བ་རིགས་པ་མིན་པར་གྲུབ་པའི་རིགས་པ་དེས་ཐ་སྐད་དུའང་  
 བདག་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བར་རིགས་པ་མིན་པས། བྱོད་ཀྱི་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་  
 སྐྱེ་བ་གང་གིས་འགྱུར་པར་འགྱུར། དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་རང་གི་མཆོན་  
 ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་ནི་བདེན་པ་གཉིས་ཀ་དུའང་གྲུབ་པ་ཡོད་པར་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་བཀག་པ་ལ་མི་འབྲད་པ་སྟོང་བ་ལ། མཐོང་བ་དང་འགལ་བ་  
 སྤང་། ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འབྲད་པར་བསྟན་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལ། གལ་  
 ཉི་བདེན་པ་གཉིས་ཀར་དུའང་དེ་དག་གི་སྐྱེ་བ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་ན་  
 དེའི་ཕྱིར་རི་ལྟར་ན་དེ་དག་གི་རང་གི་ངོ་བོ་འཇིག་རྟེན་དུ་དམིགས་པར་འགྱུར་ཞེ་ན།  
 དངོས་པོ་སྟོང་བ་གཟུགས་བརྟན་ལ་སོགས་པ། ཆོགས་ལ་ལྷོས་རྣམས་མ་གྲགས་  
 པ་ཡང་མིན། རི་ལྟར་དེར་ནི་གཟུགས་བརྟན་སོགས་སྟོང་ལས། །ཤེས་པ་དེ་ཡི་  
 རྣམ་པར་སྐྱེ་འགྱུར་བ། །དེ་བཞིན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་ན་ཡང་། །སྟོང་བ་  
 ཉིད་ལས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བ་གཟུགས་བརྟན་



ལ་སོགས་པ་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་ཆོགས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་འབྱུང་བ་རྣམས་འཇིག་རྟེན་ན་མ་  
 གྲགས་པའང་མ་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་ཇི་ལྟར་གཟུགས་བརྒྱན་ལ་སོགས་པ་རང་བཞིན་  
 གྱིས་སྟོང་པ་ལས་དེའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པས་གཟུགས་བརྒྱན་དེའི་རྣམ་པར་སྐྱེ་  
 བར་འགྱུར་བ་དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་  
 ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ནའང་། རང་གི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་སྟོང་པ་ཉིད་ལས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་  
 བར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་ཐ་སྐྱད་དུ་སྐྱེ་བ་མི་འགལ་ཏེ། དཔེར་  
 བ་གཟུགས་བརྒྱན་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །ཇི་སྐད་དུ། མེ་ལོང་གིན་ཏུ་ཡོངས་  
 དག་ལ། ཇི་ལྟར་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡི། གཟུགས་བརྒྱན་སྐྱང་བ་དེ་བཞིན་དུ། །  
 ལྟོན་པ་ཆོས་རྣམས་ཤེས་པར་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར།  
 བདེན་པ་གཉིས་སུའང་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་རྟག་པ་མ་ཡིན་ཆད་པ་  
 མིན། །གང་གི་ཕྱིར་དངོས་པོ་གཟུགས་བརྒྱན་དང་འདྲ་བར་རང་བཞིན་མེད་པ་  
 དེའི་ཕྱིར། རོན་དམ་པ་དང་། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་གཉིས་སུའང་རང་བཞིན་  
 མེད་ལ། དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་རྟག་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། ཆད་པའང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་  
 ཡང་བསྟན་བཅོས་ལས། གང་ཞིག་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་ན། །དེ་ནི་མེད་པ་མིན་པས་རྟག་ །  
 སྟོན་བྱུང་ད་ལྟར་མེད་ཅེས་པ། །དེས་ན་ཆད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། །ཅེས་དང་།  
 དེ་བཞིན་དུ། དངོས་པོ་ཡོད་པར་ཁས་སྤངས་ན། །རྟག་དང་ཆད་པར་ལྟ་བར་ནི། །  
 ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ་དངོས་དེ་ནི། །རྟག་དང་མི་རྟག་འགྱུར་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་པ་ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བསྟན་པ་ལ། དངོས་དང་། ལས་  
 འབྲས་ཀྱི་རྟེན་གསུང་བ་དྲང་དོན་དུ་བསྟན་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། བདེན་པ་གཉིས་  
 ཀྱང་དུ་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟག་པ་དང་ཆད་པའི་ཉེས་པ་རིང་དུ་སྤངས་པ་  
 འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་ཀྱི། ཀུན་གཞི་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཀྱི་རྟེན་མེད་ནའང་ལས་  
 དང་འབྲས་བུའི་འབྲེལ་བ་འབྲད་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། གང་ཕྱིར་རང་བཞིན་གྱིས་  
 དེ་མི་འགག་པ། །དེ་ཕྱིར་ཀུན་གཞི་མེད་ཀྱང་འདི་རྣམས་ཕྱིར། །ལ་ལར་ལས་འགགས་  
 ཡུན་རིང་ལོན་ལས་ཀྱང་། །འབྲས་བུ་ཡང་དག་འབྱུང་བར་རིག་པར་གྱིས། །འདས་  
 པའི་ལས་འགགས་ནས་རིང་དུ་ལོན་པས་འབྲས་བུ་ཇི་ལྟར་འབྱིན་པར་འགྱུར་  
 ཞེས་བརྒྱུད་པའི་ལན་དུ། །ཁ་ཅིག་ནི་ལས་འདས་པའི་བག་ཆགས་ཅན་གྱི་ཀུན་  
 གཞི་རྟོག་པར་བྱེད་དོ། །ལ་ལ་ནི་བུ་ལོན་གྱི་དཔང་རྒྱ་དང་འདྲ་བའི་ཆོས་གཞན་  
 རྒྱུད་མི་ཟ་བ་རྟོག་པར་བྱེད་དོ། །གཞན་དག་ནི་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཅན་གྱི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པར་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་རྟོག་པར་བྱེད་དོ། །འདིར་ནི་གང་གི་ཕྱིར་ལས་རང་  
 བཞིན་གྱིས་མ་སྦྱེས་པ་དེའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་གྱིས་མི་འགག་ལ། མ་འགགས་པའི་  
 ལས་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་མི་འགལ་བས། དེའི་ཕྱིར་ཀུན་གཞི་ལ་སོགས་པའི་  
 ལས་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་མེད་ཀྱང་། འདས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་འདི་རྣམས་པའི་ཕྱིར།  
 ཡུལ་དང་དུས་ལ་ལར་ལས་འགགས་ནས་ཡུན་རིང་པོ་ལོན་པའི་ལས་ལས་ཀྱང་  
 རྣམ་པར་སྦྱིན་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་འགལ་བ་མེད་པར་རིག་པར་གྱིས་ཤིག་  
 དེའི་ཕྱིར། བསྟན་བཅོས་ལས། གང་ཕྱིར་ལས་ནི་སྦྱེ་བ་མེད། །འདི་ལྟར་རང་

བཞིན་མེད་དེའི་བྱིར། །གང་བྱིར་དེ་ནི་མ་སྒྲིམ་པ། །དེ་བྱིར་ཅུད་ཟུར་མི་འགྱུར་རོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཇི་སྒྲིང་དུ་བསྟན་པའི་དོན་ནི། དེ་ཉིད་དཔེའི་སྒྲིམ་  
 སྒྲིམ་པའི་བྱིར་བཤད་པ། མི་ལམ་དམིགས་པའི་ཡུལ་དག་འཕྲོང་ནས་ནི། །སང་  
 གྲང་སྒྲུན་ལ་ཆགས་པ་སྒྲིམ་འགྱུར་བ། །དེ་བཞིན་འགགས་གིང་རང་བཞིན་ཡོད་  
 མིན་པའི། །ལས་ལས་གྲང་ནི་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་ཡིན། །ཞེས་སྒྲིམ་ཏེ། མི་ལམ་དུ་  
 ཡུལ་གྱི་བུད་མེད་བཟང་མོ་དང་ལྷན་ཅིག་འདོད་པ་སྒྲུད་པ་མཐོང་ཞིང་སྒྲིམ་ནས།  
 སྒྲུར་སང་པ་ན་མི་ལམ་གྱི་བུ་མེད་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ཅིང་འགགས་སུ་ཟེན་  
 གྲང་། སྒྲུན་པོ་འགའ་ཞིག་གི་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་སྒྲིམ་པའི་རྒྱུར་འགྱུར་བ་དེ་  
 བཞིན་དུ། འགགས་ནས་རིང་དུ་ལོན་ཞིང་རང་བཞིན་ཡོད་པ་མིན་པར་འདོད་པའི་  
 ལས་ལས་གྲང་ནི་རྣམ་པར་སྒྲིམ་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
 ལས་འགགས་པ་མེད་པའི་བྱིར་རྣམ་པར་སྒྲིམ་པ་འབྱུང་བར་འདོད་ན། ཇི་ལྟར་  
 རྣམ་སྒྲིམ་མ་བསྒྲིད་པའི་ལས་ལྟར་རྣམ་སྒྲིམ་སྒྲུར་ཟེན་པས་གྲང་འབྲས་བུ་འབྱུན་  
 བར་འགྱུར་ཏེ་མ་འགགས་པའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར།  
 ཇི་ལྟར་ཡུལ་ནི་མེད་པ་ཉིད་མཚུངས་གྲང་། །རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་སྒྲིམ་ཤང་རྣམ་པར་  
 བློ་། །མཐོང་གི་དངོས་གཞན་རྣམ་པར་མ་ཡིན་ལྟར། །དེ་བཞིན་སྒྲིམ་ལས་སྒྲུར་  
 སྒྲིམ་མིན་གཤམ་གྱིས། །ཇི་ལྟར་ཡུལ་སྒྲིམ་ཤང་དང་རི་བོང་གི་རྩ་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་  
 ཉིད་དུ་མཚུངས་གྲང། རབ་རིབ་གྱིས་བསྒྲུད་པའི་མིག་ཅན་གྱིས་ནམ་མཁའ་སོགས་  
 སུ་སྒྲིམ་ཤང་གི་རྣམ་པར་མཐོང་གི་རི་བོང་གི་རྩ་ལ་སོགས་པ་དངོས་པོ་གཞན་གྱི་



རྣམ་པ་མཐོང་བ་མ་ཡིན་པ་ལྟར། རྣམ་སྒྲིན་ཕྱུང་ཟིན་པ་དང་མ་ཟིན་པའི་ལས་དག་  
 ཀྱང་མ་འགགས་ཤིང་རང་བཞིན་མེད་པར་མཆོངས་ཀྱང་སྒར་འབྲས་བུ་ཕྱུང་མ་  
 ཟིན་པའི་ལས་ཀྱིས་སྒྲར་ཡང་རྣམ་སྒྲིན་འབྱེན་ལ། སྒར་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་སྒྲིན་  
 ཟིན་པའི་ལས་ལས་སྒྲར་ཡང་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པ་མིན་པར་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག  
 བཤད་མ་ཐག་པའི་དཔེ་འདི་ཉིད་ལས་འབྲས་བུ་ཕྱུང་བ་དང་མ་ཕྱུང་བའི་ལས་  
 ཀྱིས་རྣམ་སྒྲིན་སྒྲར་འབྱེན་པ་དང་མི་འབྱེན་པ་ངེས་པ་འབང་ཞིག་ཏུ་མ་བྱེད་གྱི།  
 དག་མི་དགའི་རྣམ་སྒྲིན་སོ་སོར་ངེས་པའང་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། དེ་ཕྱིར་རྣམ་སྒྲིན་  
 མི་དག་ནག་པོའི་ལས། རྣམ་སྒྲིན་དག་ཉིད་དག་ལས་ཡིན་མཐོང་ཞིང་། དག་མི་  
 དག་མེད་སློ་མེད་ཐར་འགྱུར་ཏེ། །ལས་འབྲས་རྣམས་ལ་སེམས་པ་དགག་པར་  
 མཛད། །སྒྲ་ཤད་ལ་སོགས་པ་རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་ངེས་པ་མཐོང་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་  
 ཕྱིར་ན། དག་བ་དང་མི་དག་བའི་ལས་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ཡང་། རྣམ་སྒྲིན་མི་  
 དག་ཞིང་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ནི་ནག་པོའི་ལས་མི་དག་བ་ཉིད་ལས་ཡིན་གྱི། དག་  
 བ་ལས་མ་ཡིན་ལ། རྣམ་སྒྲིན་དག་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ནི་དག་བའི་ལས་ལས་ཡིན་  
 པར་མཐོང་གི་མི་དག་བའི་ལས་ལས་མ་ཡིན་ཞིང་། མཁས་པ་གང་ཞིག་དག་བ་  
 དང་མི་དག་བའི་ལས་གཉིས་ཀ་རང་བཞིན་མེད་པས་མངོན་པར་ཞེན་པའི་སློ་  
 མེད་པ་ཅན་ནི་ཐར་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་རང་བཞིན་མེད་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་  
 བུ་འབྱེན་པ་དང་རྣམ་སྒྲིན་ངེས་པའི་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་ཕྱིར། སོ་  
 སོ་སྒྲེ་བོ་དག་གིས་དེ་དག་མ་རྟོགས་པར་ལས་འབྲས་ལ་སྒྲར་བ་བཏབ་ན་ཀུན་

རྫོང་འཛིག་པར་གཟིགས་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་ལས་རྣམས་གྱི་འབྲས་བུ་  
 རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བོ་ཞེས་ལས་འབྲས་གྱི་འབྲེལ་བ་ལ་བྱིས་  
 པ་རྣམས་སེམས་པ་དགག་པར་མཛད་དོ། །འདིར་དོན་ནི་འདི་ཡིན་པར་རིག་པར་  
 བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར། དབུ་མ་པ་དག་ནི་ལས་འབྲས་གྱི་འབྲེལ་བ་འགའ་ཞིག་ཡོངས་  
 གཅོད་དུ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་ཕྱོགས་ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་  
 རོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། གཞན་དག་ལས་འབྲས་གྱི་འབྲེལ་བ་མི་འབྲད་པར་གྲོལ་  
 བའི་ལོག་པ་རྟོག་པ་སེལ་བ་ཙམ་དུ་ཟད་དོ། །ཡང་དག་པར་ན་ལས་འབྲས་གྱི་  
 འབྲེལ་བ་འགའ་ཡང་མེད་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཅི་ལྟར་ན་གཞན་དག་ལས་འབྲས་ལ་  
 སྒྲུབ་བ་འདེབས་པ་དགག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། ཡང་དག་པར་ལས་འབྲས་རང་  
 བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ཡང་དེ་ལྟར་མ་རྟོགས་པའི་བྱིས་པ་རྣམས་གྱིས་གྲུ་ཚོམ་དུ་ལས་  
 འབྲས་ལ་སྒྲུབ་བ་བཏབ་པ་ན། དག་སྟོག་གི་སྒྲུང་དོར་ལ་བྱིན་ཅི་ལོག་དུ་ཞུགས་  
 པས་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་གཡང་ས་ཆེན་པོར་ལྷུང་བར་འགྱུར་རོ། །དེའི་བྱིར་དམ་  
 པ་དག་གིས་གཞན་དག་ལས་འབྲས་གྱི་འབྲེལ་བ་ལ་ལོག་པར་རྟོག་པ་དགག་  
 པར་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །མེད་པ་པ་ལྟར་དུ་དབུ་མ་པས་ཀྱང་ལས་འབྲས་གྱི་འབྲེལ་བ་  
 འགའ་ཡང་ས་མཐོང་བའི་བྱིར། ལས་འབྲས་ལ་ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་། སྒྲུང་དོར་  
 ལ་བྱིན་ཅི་ལོག་དུ་ཞུགས་པར་ཇི་ལྟར་མི་འགྱུར་ཞེ་ན། ཇི་ལྟར་མི་གཅིག་གིས་རྒྱན་  
 མ་བྱས་པ་ལ་ཁ་ཅིག་གིས་དེ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་མཐོང་ནས་འདིས་རྒྱ་བྱས་སོ་ཞེས་སྒྲུས་  
 ལ། གཞན་གྱིས་ནི་དེ་དང་མི་མཛའ་བས་སྤྱད་དེ་མ་མཐོང་བཞིན་དུ་འདིས་རྒྱ་བྱས་སོ་

ཞེས་སྒྲུས་པ་ན། གཉིས་ཀའང་རྒྱ་བྱས་པ་ལ་བྱས་པར་བརྗོད་པར་མཚུངས་ཀྱང་  
 སྒྲུ་མ་ནི་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་སྒྲུ་བའི་ཕྱིར་བརྟུན་དུ་སྒྲུ་བར་མི་འགྱུར་ལ།  
 ཅིག་ཤོས་ནི་གཞི་མ་མཐོང་བཞིན་དུ་མཐོང་བ་ལྟར་བཅོས་ནས་སྒྲུ་བའི་ཕྱིར་རྟུན་  
 དུ་སྒྲུ་བར་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ། དབུ་མ་པ་ཚོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་  
 ཡང་དག་པའི་རིགས་པས་ངས་ནས་ལས་འབྲས་རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲུ་བ་དང་།  
 མེད་པ་པ་ཇི་ལྟར་མཐོང་བའི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཡོད་བཞིན་  
 དུ་མ་མཐོང་བའི་ལས་འབྲས་ལ་སྒྲུར་བ་འདེབས་པ་དག་མཚུངས་པར་ག་ལ་འགྱུར།  
 མེད་པ་བ་བཞིན་དུ་དབུ་མ་པ་དག་དགེ་སྤྲུག་ལ་སྒྲུང་དོར་མི་བྱེད་པའང་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཇི་ལྟར་རང་བཞིན་མེད་པའི་གཟུགས་བརྟན་ལས་དེར་སྒྲུང་བའི་ཤེས་པ་སྒྲེ་བ་ལྟར།  
 རང་བཞིན་མེད་པའི་དགེ་སྤྲུག་གི་ལས་ལས་ཀྱང་འདོད་མི་འདོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་  
 འབྱུང་བ་འག་ལ་བ་མེད་པར་མཐོང་ནས། སྒྲུ་མ་མཁན་གྱིས་སྒྲུ་མ་ལ་བྱ་བ་བཞིན་  
 དུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཅིའང་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲུང་དོར་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་  
 འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བའི་རྟེན་ཀུན་གཞིའམ། གང་ཟག་  
 ལ་སོགས་པ་འག་འཁྱིལ་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་ན། མེད་པ་པ་དག་གིས་ལས་འབྲས་  
 ཀྱི་འབྲེལ་བ་མེད་པར་བརྟུན་པ་སྒྲོག་པར་རུས་མོད། རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲུ་བ་  
 དག་ལ་ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བའི་རྟེན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཇི་ལྟར་མེད་པ་པ་དག་གི་  
 རྟོན་པ་སྒྲོག་པར་རུས་ཞེ་ན། དབུ་མ་པ་དག་ནི་ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་  
 ཉེས་པ་སྒྲོང་བའི་དོན་དུ་ཀུན་གཞི་ལ་སོགས་པ་ཁས་ལེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཉེས་པ་



གཞན་གྱིས་རིག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་ལས་མ་སྒྲུབས་ཀྱང་མེད་པ་པ་  
 དག་གི་ཚུངས་པ་སྒྲིག་མི་རྣམས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་མེད་པ་པ་དག་གི་ལས་འབྲས་  
 གྱི་འབྲེལ་བ་མི་འབྲད་པའི་ཚུངས་པ་ནི་འདི་ཙམ་དུ་ཟད་དེ། གལ་ཏེ་ལས་འགགས་  
 ར་ལས་བྱས་པ་ཆུད་ཟོས་ཤིང་མ་བྱས་པ་དང་ཟད་པར་འགྱུར་རོ། །མ་འགགས་ན་  
 ལས་དེ་དྲག་པའི་ཕྱིར་འབྲས་བུ་མི་འབྱེན་པའམ། ཡང་ན་ནམ་ཡང་འབྲས་བུ་མི་  
 འབྱེན་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་ལས་འགའ་ཞིག་ལ་སྒྲེ་བ་ཡོད་ན་གདོན་མི་  
 ཟ་བར་འགག་པར་འགྱུར་ལ། འགག་པ་ནའང་ལས་བྱས་པ་ཆུད་ཟོས་པའི་ཉེས་  
 པར་འགྱུར་ན། ལས་ལ་ནི་སྒྲེ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་དང་  
 གཞན་དང་གཉིས་ཀ་དང་རྒྱ་མེད་པ་ལས་སྒྲེ་བ་བཀག་ཅིང་འགོག་པར་འགྱུར་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །མ་སྒྲེས་པའི་ཕྱིར་འགག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། འགག་པ་ནི་སྒྲེ་བ་སྒྲོན་  
 དུ་འགོ་བ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་མོ་གཤམ་གྱི་བུ་མ་སྒྲེས་པས་མི་འཆི་  
 བ་བཞིན་ལོ། །མི་འགགས་པའི་ཕྱིར་འབྲས་བུ་ཆུད་ཟོས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ལས་  
 མ་འགགས་པ་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ལས་ནི་མ་སྒྲེས་  
 པའི་ཕྱིར་མི་འགག་དུ་ཆུག་མོད། མ་སྒྲེས་པའི་ལས་ལས་འབྲས་བུ་ཅི་ལྟར་འབྱུང་།  
 ལས་ལས་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་ནའང་ལས་འབྲས་གྱི་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཁོ་བོ་ཅག་  
 གི་ཕྱོགས་ཁྱོད་ཉིད་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲེ་བ་མེད་པའི་  
 ཆོས་ལས་ཀྱང་འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་མཐོང་སྟེ། དཔེར་ན། ཆུ་དང་མེ་ལོང་ཤིང་དུ་  
 དྲངས་པའི་ནང་གི་གཟུགས་བརྟན་ལས་དེར་སྒྲུང་བའི་ཤེས་པ་སྒྲེ་བར་དམིགས་པ་

བཞིན་ཅོ། །གལ་ཏེ་ཤེས་པ་དེ་ནི་མེ་ལོང་གི་གཟུགས་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་གྱི། གཟུགས་  
 བརྒྱན་ལས་མ་ཡིན་ཅོ་ཞེན། དེ་གཉིས་ཤེས་པ་ལ་སྒྲུང་བར་མཆོངས་བཞིན་དུ་གཅིག་  
 ཅི་རྒྱུ་ཡིན་ལ། ཅིག་ཤོས་ནི་མ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱད་པར་གང་ལས་ཤེས། ཅི་  
 སྟེ་གཟུགས་ནི་ཡོད་ཅིང་གཟུགས་བརྒྱན་ནི་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེན། ཡོད་པ་ཅུ་མ་  
 གྱིས་ཤེས་པ་དེའི་རྒྱར་ཁས་ལེན་ན་སྒྲིང་དུ་མ་ལ་སོགས་པ་གཞན་དག་གྱར་དེའི་  
 རྒྱར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་དེའི་རྒྱར་ཁས་ལེན་གྱི། མེད་  
 པའི་ཕྱིར་གཟུགས་བརྒྱན་དེའི་རྒྱར་མི་རུང་རོ་ཞེན། ཤེས་པ་དེའི་རོར་གཟུགས་  
 བརྒྱན་ཡང་མེད་པ་མ་ཡིན་ལ་ཡང་དག་པར་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་གྱར་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །དེ་བས་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 སོགས་ལ་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་དེ་དག་དམིགས་པའི་རྒྱར་ཁས་ལེན་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
 གཟུགས་བརྒྱན་ཡང་རང་གི་ཤེས་པ་ལ་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་དེའི་དམིགས་པའི་རྒྱར་  
 ཁས་སྒྲུང་བར་བྱ་དགོས་ཏེ་གཞན་དུ་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པའང་ཤེས་པའི་  
 དམིགས་པར་སྐྱབ་པར་མི་རུས་སོ། །གལ་ཏེ་གཟུགས་བཞིན་དུ་གཟུགས་བརྒྱན་  
 ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དཔེ་མ་གྲུབ་བོ་ཞེན། དེ་ལྟ་ན་བྱར་ན་གནས་པ་དག་གིས་གྱར་  
 མེ་ལོང་གི་གཟུགས་བཞིན་དུ་དེའི་ནང་ན་ཡོད་པའི་གཟུགས་བརྒྱན་ཡང་མཐོང་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། གཟུགས་དང་གཟུགས་བརྒྱན་ཡུལ་གཅིག་ན་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཅི་སྟེ་མེ་ལོང་གི་བྱར་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་ཕྱིར་མི་མཐོང་ཞེན། འོ་ན་ནི་མེ་ལོང་གི་  
 རོས་གྱར་མི་མཐོང་བར་འགྱུར་ལ། ཡང་ན་ནི་མེ་ལོང་གི་རོས་ཀྱི་གཟུགས་དང་གཟུགས་

བརྟན་ཡུལ་ཐ་དད་ན་གནས་པར་འགྱུར་ན། དེའང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མེ་ལོང་གི་རྒྱབ་ལ་སོགས་པར་གཟུགས་བརྟན་དམིགས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་མེ་ལོང་གི་ཁོང་ན་གནས་པའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་དེ་མེད་དོ་ཞེ་ན། མདུན་ནས་ཀྱང་མེ་ལོང་གི་གཟུགས་བརྟན་མི་མཐོང་བར་འགྱུར་ཏེ། མེ་ལོང་གི་གཟུགས་ཀྱིས་སྒྲིབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་མེ་ལོང་གི་གཟུགས་ཤིན་ཏུ་དྲངས་པའི་ཕྱིར་མི་སྒྲིབ་བོ་ཞེ་ན། འོ་ན་གཟུགས་བརྟན་བཞིན་དུ་མེ་ལོང་གི་ཁོང་གི་གཟུགས་དག་ཀྱང་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ལས་ཆད་པའི་ཉེས་པར་མི་འགྱུར་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད། ལས་རྟག་པའི་ཉེས་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ། མ་སྒྲེས་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲུབ་ལ་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འཐད་ཀྱང་རྟོན་མེད་པའི་ཕྱིར། གཞན་གྱིས་བྱས་པ་གཞན་གྱིས་ཉམས་སུ་མྱོང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ལས་བྱེད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་གང་ཟག་དང་འབྲས་བུ་མྱོང་བའི་དུས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་གང་ཟག་གཉིས་གཞན་ཡིན་ན་ཉེས་པ་དེར་འགྱུར་ཀྱང་། དེ་དག་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ་སྒྲུབ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱི་མ་དེ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དང་གང་ལ་བརྟེན་ནས་གང་འབྱུང་བ་དེ་ནི་དེ་ལས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་མི་འཐད་པར་སྒྲུབ་པས་བསྐྱབས་ཅིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་དབུ་མ་པ་དག་ནི་མེད་པ་པ་བཞིན་དུ་ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལ་སྒྲུབ་པ་འདེབས་པར་ཡང་མི་བྱེད་ལ། དངོས་སྒྲུབ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་འདོགས་པར་ཡང་མི་བྱེད་མོད། འོ་ན་ཀྱང་ཇི་



སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟག་པ་དང་ཆད་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་  
 རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་དོ། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་  
 བ་ཟབ་མོ་འདི་ནི་བདེ་བར་གསེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བགྲོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་  
 ཡིན་ཡང་རྗེ་ལྟར་འདབ་མ་དང་མི་ལྟན་པ་དག་གིས་ནམ་མཁའི་ལམ་ལ་འགྲོ་བར་  
 མི་རྣམས་པ་ལྟར། ཀྱན་རྫོབ་དང་། དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་མཁས་  
 པའི་འདབ་མ་དང་མི་ལྟན་པ་དག་གིས་ཀྱང་། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་  
 ལམ་ལ་བདེ་བླག་རྟུ་འགྲོ་བར་མི་རྣམས་སོ། །སྟོན་པས་ཆོག་གོ།

གཉིས་པ་ཞར་ལ་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་གསུངས་པ་དྲང་དོན་དུ་བསྟན་པ་ནི།  
 དེ་ལྟར་རྗེ་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་རང་བཞིན་མེད་པར་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་རྣམས་  
 བར་འཛིག་ན། འོ་ན་འཕགས་པ་ལང་ཀར་གསེགས་པ་སོགས་ལས། ཀྱན་གཞིའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆོས་མཐའ་ཡས་པའི་བག་ཆགས་བསྒྲོ་བའི་གཞིར་གྱུར་པ་ས་  
 བོན་ཐམས་ཅད་དང་ལྟན་པ་རྒྱ་མཚོ་ལས་རྒྱབས་འབྱུང་བ་ལྟར། ཀྱན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟེན་རྗེ་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་འབྱུང་བའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་མཚན་  
 ཉིད་ཅན་གསུངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མེད་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།  
 དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཀྱན་གཞི་ཉེ་བར་བསྟན་པས་འདུལ་བ་རྣམས་ལ་དགོངས་  
 པའི་དབང་གིས་དེ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་པའི་བྱིར་རོ། །གང་ལ་དགོངས་ནས་ཀྱན་  
 གཞི་ཡོད་པར་གསུངས་ཞེ་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་དགོངས་  
 ནས་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་རྗེས་སུ་

ཞུགས་པའི་ཕྱིར་ཀུན་གཞིའི་སྒྲིའི་དོན་དུ་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར་སྒྲི་  
 རི་བཞིན་པའི་ཀུན་གཞི་ཡོད་པ་ལ་ནི་ཉེས་པ་འོག་ནས་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །  
 ཀུན་གཞི་འབའ་ཞིག་མ་ཟད་གྱི་དགོངས་པའི་དབང་གིས་གང་ཟག་གྱུང་ཡོད་པར་  
 གསུངས་ཏེ། རི་སྐད་དུ། དགོ་སྒྲོང་དག་སྤང་པོ་ལྟ་ནི་ཁུར་རོ། །ཁུར་ཁུར་བ་པོ་ནི་  
 གང་ཟག་གོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཁ་ཅིག་ལ་སྤང་པོ་ཅམ་ཡང་སྒྲོན་པར་མཛད་དེ།  
 སེམས་ཞེས་བྱ་བའམ། ཡིད་ཅེས་བྱ་བའམ། རྣམ་པར་གཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་  
 ཡུན་རིང་པོར་དད་པ་ཚུལ་བྱིམས་ལ་སོགས་པས་ཡོངས་སུ་བསྒྲོས་ཤིང་གོང་དུ་  
 འགྲོ་བ་ན་ཕྱི་མ་ལ་མཐོ་རིས་སུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །  
 འདི་ཐམས་ཅད་ནི་དགོངས་པའི་དབང་གིས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །འདིར་དགོངས་  
 པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། ཀུན་གཞི་ཡོད་ཅེས་གང་ཟག་ཉིད་ཡོད་ལ། །སྤང་པོ་འདི་  
 དག་འབའ་ཞིག་ཉིད་ཡོད་ཅེས། །གསུངས་པ་དེ་ནི་དེ་ལྟར་ཆེས་ཟབ་དོན། །རིག་  
 པར་མི་འགྱུར་གང་ཡིན་དེ་ལའོ། །མདོ་སྡེ་གང་དུ་ཀུན་གཞི་དང་། གང་ཟག་དང་།  
 བདག་དང་བྲལ་བའི་སྤང་པོ་འདི་དག་འབའ་ཞིག་ཡོད་ཅེས་བསྟན་པ་འདི་ནི་  
 གདུལ་བྱ་གང་དག་ཡུན་རིང་མོ་ནས་སུ་སྟེགས་ཅན་གྱི་ལྟ་བུ་ལ་གོམས་པས་ཆེས་  
 ཟབ་པའི་དོན་སྒྲོང་པ་ཉིད་རིག་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་སྒྲོང་པ་ཉིད་ཐོས་ན་སྒྲག་སྟེ་  
 བསྟན་པ་ལ་རྒྱབ་གྱིས་ཕྱོགས་པར་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་བསྟན་པ་ལ་རིམ་  
 གྱིས་གཞུག་པའི་ཕྱིར་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ལ་ཆེས་ཐོག་མར་ཀུན་གཞི་ལ་  
 སོགས་པ་བསྟན་པ་ན་སུ་སྟེགས་པ་དག་གིས་འདོད་པ་ལྟར་གྱི་བདག་དང་གཙོ་བོ་

ལ་སོགས་པ་མེད་ཀྱང་། ལས་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་དང་ལའོར་འདས་ཀྱི་གཞི་རྣམས་ཀྱན་  
 གཞི་ལ་སོགས་པས་ ཀྱང་རུང་ངོ་སྤྲུལ་དུ་བསམས་ནས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་  
 བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་ལ། བྱིས་ནི་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་  
 རྟོགས་ནས་ཀྱན་གཞི་ལ་སོགས་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའང་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱོད་བར་  
 འགྱུར་བས་ཡོན་ཏན་ཁོན་འབྱུང་གི་སྒྲིན་འདྲེན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་སྐད་དུ་འང་འཕགས་  
 པ་ལྟས། གང་ཞིག་གང་གང་ལ་དགའ་བ། །དེ་ཡིས་དེ་དེ་སྤར་སྤྱད་བྱ། །ཉམས་  
 བར་གྱུར་པ་དམ་ཆོས་ཀྱི། །སྤྱོད་ནི་ཅེས་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 རོ། །གཞུག་པའི་ཐབས་སུ་ཀྱན་གཞི་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་  
 ཟད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་། འཇིག་ཆོགས་ལྟ་དང་བྲལ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས། །རི་ལྟར་  
 ང་དང་ང་ཡི་ཞེས་བསྟན་ལྟར། །དེ་བཞིན་དངོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་མོད་ཀྱི། །  
 ཡོད་ཅེས་བྱང་དོན་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན། །འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་མཐའ་དག་སྤངས་  
 པས་ང་དང་ངའི་མེད་དུ་ཟིན་ཀྱང་། ང་དང་ངའི་ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་འཇིག་རྟེན་  
 ཀྱི་དོན་ཁོང་དུ་ཆུད་པའི་ཐབས་ཡིན་པའི་བྱིར། སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྟར་འདས་ཀྱིས་ང་  
 དའི་ཆོ་དའི་དུས་ན་ཞེས་སོགས་རི་ལྟར་ང་དང་ངའི་ཞེས་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ།  
 དངོས་པོ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་མོད་ཀྱི། འཇིག་རྟེན་གྱི་དོན་ཁོང་དུ་  
 ཆུད་པའི་ཐབས་སུ་གཞུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་བྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་  
 ཡོད་ཅེས་བྱང་དོན་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་སྐད་དུ་འང་། ཤར་གྱི་རི་བོའི་སྤེ་  
 པ་དང་མཐུན་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ལས། གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་རྣམ་འདྲེན་རྣམས། །



འཇིག་རྟེན་མཐུན་པར་མི་འཇུག་ན། །སངས་རྒྱས་ཆོས་ཉིད་གང་ཡིན་དང་། །  
 སངས་རྒྱས་སུས་ཀྱང་ཤེས་མི་འགྱུར། །ཡུང་པོ་དག་དང་ཁམས་རྣམས་དང་། །སྟེ་  
 མཆེད་རང་བཞིན་གཅིག་བཞེད་པ། ཁམས་གསུམ་པོ་དག་སྟོན་མཛད་པ། །འདི་  
 རི་འཇིག་རྟེན་མཐུན་འཇུག་ཡིན། །མིང་མེད་པ་ཡི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་། །བསམ་དུ་  
 མེད་པའི་མིང་དག་གིས། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཡོངས་བརྗོད་པ། །འདི་རི་འཇིག་  
 རྟེན་མཐུན་འཇུག་ཡིན། །དངོས་མེད་ཉི་བར་སྟོན་མཛད་ཅིང་། །སངས་རྒྱས་རང་  
 བཞིན་ལ་བཞུགས་པས། །དངོས་མེད་འགའ་ཡང་འདོར་མེད་པ། །འདི་རི་འཇིག་  
 རྟེན་མཐུན་འཇུག་ཡིན། །དོན་དང་དོན་མེད་མི་གཟིགས་ལ། །འགོག་པ་དང་རི་  
 དམ་པའི་དོན། །སྟེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོག་གསུངས་པ། །འདི་རི་འཇིག་རྟེན་མཐུན་  
 འཇུག་ཡིན། །ཞིག་པ་མེད་ཅིང་སྟེ་མེད་ལ། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་མཉམ་གྱུར་  
 ཀྱང་། །སྟེག་པའི་བསྐྱལ་པ་སྟོན་མཛད་པ། །འདི་རི་འཇིག་རྟེན་མཐུན་འཇུག་  
 ཡིན། །དུས་གསུམ་དག་ཏུ་སེམས་ཅན་གྱི། །རང་བཞིན་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ལ། །  
 སེམས་ཅན་ཁམས་ཀྱང་སྟོན་མཛད་པ། །འདི་རི་འཇིག་རྟེན་མཐུན་འཇུག་ཡིན། །  
 ཞེས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་ཞར་ལ་རྣམ་རིག་པའི་འདོད་པ་དགག་པ་ལ། །འདོད་པ་དགོད་  
 པ་དང་། །དེ་དགག་པ་གཉིས་ལས། །དང་པོ་ནི། །དེ་ལྟར་དབུ་མ་པ་དག་གིས་ཀུན་  
 གཞི་ལ་སོགས་པ་དྲང་དོན་དུ་བསྟན་ཅིང་། །ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་  
 བཤད་པ་ན། །རྣམ་རིག་པ་དག་ཕྱོགས་དེ་མི་བཟོད་ཅིང་། །རང་གི་རྣམ་པར་རྟོག་

བས་སྐྱར་བའི་ལུགས་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་དོན་རྣམ་པར་འཛིན་པར་བྱེད་པ་རྣམས་  
 གྱིས་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ལུགས་བསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྲོས་པ། གཟུང་བ་མེད་  
 བར་འཛིན་པ་མ་མཐོང་ཞིང་། སྤྱིད་གསུམ་རྣམ་ཤེས་ཙམ་དུ་རབ་རྟོགས་པའི། །  
 ཤེས་རབ་ལ་གནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེས། རྣམ་ཤེས་ཙམ་དུ་དེ་ཉིད་རྟོགས་  
 བར་འགྱུར། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་སྒྲོམ་པ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ས་དུག་པ་བ་དེས། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དོན་དམ་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་ཙམ་ཀྱི་ངོ་བོར་རབ་དུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་འདིས་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་རིགས་པས་སེམས་ཀྱི་གཟུང་བ་  
 མེད་པས་དེ་ལ་ལྷོས་པའི་འཛིན་པའང་མ་མཐོང་ཞིང་། སྤྱིད་པ་གསུམ་པོ་འདི་དག་  
 ཕྱི་རོལ་དོན་གྱིས་དབེན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཙམ་མོ་ཞེས་ཡུན་རིང་དུ་གོམས་  
 བར་བྱས་པས། གོམས་པ་རབ་དུ་གྱུར་པ་ན། གཟུང་འཛིན་དང་བྲལ་བའི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཙམ་ཞིག་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཚུལ་གྱིས་རབ་དུ་  
 རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དོན་མེད་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཙམ་ཡིན་ན་གཟུགས་  
 སྟོགས་དོན་དུ་སྤང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཇི་ལྟར་སྒྲེ་ཞེན། ཇི་ལྟར་རྒྱང་གིས་བསྐྱལ་  
 བས་རྒྱ་མཚོ་ནི། ཁེ་ལས་ཆུ་རྒྱབས་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ། ཀྱུན་གྱི་ས་བོན་ཀྱུན་  
 གཞི་ཞེས་བྱ་ལས། །རང་གི་རུས་པ་རྣམ་ཤེས་ཙམ་ཞིག་འབྱུང་། ཇི་ལྟར་རྒྱ་མཚོ་  
 ཆེན་པོ་ལ་རྒྱང་གི་རྒྱེན་གྱིས་བསྐྱལ་བས་ཆུའི་རྒྱབས་ཆེ་ཆུང་རྣམས་རྒྱེན་ཇི་ལྟ་བ་  
 བཞིན་དུ་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ། ཀྱུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་ཀྱུན་གྱི་ས་བོན་

ཐམས་ཅད་པ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པར་མཛོན་  
 པར་ཞེན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་  
 དེ་འོངས་པ་བཞག་པས་རང་གི་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་ལས།   གཟུང་བ་དང་  
 འཛིན་པ་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཙམ་ཞིག་འབྱུང་བ་ན།   ཁྱིམ་པ་  
 རྣམས་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པར་བྱེད་ཀྱི།   ཤེས་པ་ལས་ཐ་དད་  
 པའི་གཟུང་བ་ཡོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །དཔེར་ན། དབང་ཕྱག་རྒྱར་སྒྲིབ་དག་བ་ནི་  
 བ་སྒྲིབ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ། །རྒྱ་ཤེལ་རྒྱ་རྣམས་ཀྱི་བཞིན་དང་། །ཐུག་ཤ་ཡན་ལག་རྣམས་  
 ཀྱི་ལྟར། །དེ་ནི་ལུས་ཅན་ཀུན་ཀྱི་རྒྱ། །ཞེས་དབང་ཕྱག་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གི་  
 བྱེད་པ་པོར་སྒྲིབ་དེ་བཞིན་དུ།   ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྒྲིབ་དག་ཀྱང་།  
 ཀུན་གཞི་ཅིད་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གི་རྒྱར་སྒྲིབ་པར་བྱེད་དེ། དབང་ཕྱག་རྟག་ལ་  
 ཀུན་གཞི་མི་རྟག་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ཙམ་ཞིག་ནི་བྱུང་པར་རོ། །གང་གི་སྤྱིར་གསུང་  
 རབ་ཀྱི་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི་འདི་ཡིན་པ། དེ་སྤྱིར་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་གང་། །  
 དངོས་པོ་བཏགས་པར་ཡོད་པའི་རྒྱར་འབྱུང་ཞིང་། །སྤྱི་རོལ་གཟུང་བ་མེད་པར་  
 འབྱུང་འབྱུང་ལ། །ཡོད་དང་སྒྲོས་ཀུན་ཡུལ་མིན་རང་བཞིན་ཡོད། །དེ་བས་ན་  
 གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི།  
 གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་དངོས་པོ་བཏགས་པར་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོ་བཏགས་པའི་  
 རྒྱར་འབྱུང་བར་ཁས་སླང་དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་འབྱུལ་པའི་གཞི་མེད་པའི་སྤྱིར་  
 འགའ་ཡང་བདག་དང་ཆོས་སུ་འབྱུལ་པར་མི་རུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དཔེར་ན། རྒྱལ་



དུ་འབྱུལ་བ་ཐག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་ནི་ཐག་པ་མེད་པར་མི་རུང་ལ། བུམ་པར་  
 འབྱུལ་བ་ས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་ནི་ས་ལ་སོགས་པ་ལ་མ་ལྟོས་པར་ནམ་  
 མཁའི་ཕྱོགས་སུ་མི་རུང་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་བས་ན་གཞན་གྱི་དབང་འདི་ནི་ཕྱི་རོལ་  
 གྱི་གཟུང་བ་མེད་པར་རང་ཉིད་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བའི་ངོ་བོར་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་  
 དང་། བདག་དང་ཆོས་སུ་སྒྲོ་བཏགས་པའི་གཞིར་རྫས་སུ་ཡོད་པ་དང་། སྒྲོས་པ་  
 སྒྲ་རྟོག་ཀུན་གྱི་ཡུལ་མིན་པའི་རང་བཞིན་དུ་ཡོད་དེ། སྒྲ་དང་རྟོག་པ་རྣམས་ནི་སྒྲོ་  
 བཏགས་པའི་སྒྲོད་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་དབང་ནི་རྗེས་ཐོབ་དག་  
 པ་འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲོད་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་ནི་རྣམ་རིག་པ་དག་གི་  
 འདོད་པའོ། །

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ་གསུམ། ཤེས་བྱ་མེད་པའི་ཤེས་པ་དགག་གཉིས་  
 མེད་གཞན་དབང་རྫས་གྲུབ་དགག་སེམས་ཅམ་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་བསྟན།  
 དང་པོ་ལ། ཕྱི་དོན་མེད་པའི་ཤེས་པའི་མཐུན་དཔེ་དགག་ཕྱི་དོན་མེད་པའི་རྒྱབ་  
 བྱེད་གཞན་ཡང་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། ཡིད་ཤེས་འབྱུལ་པའི་  
 མཐུན་དཔེ་དགག་པ་ནི། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཡུལ་རིག་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་ཕྱིར།  
 ཡུལ་མེད་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་མཐོང་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཅམ་དུ་སྒྲ་བ་ལ།  
 ཕྱི་རོལ་མེད་སེམས་དཔེ་ནི་གང་དུ་ཡོད། །ཅེས་དྲིས་སོ། །སྒྲས་པ། བློ་ལམ་རི་  
 བཞིན་ཞེ་ན། རི་ལྗང་ཁང་མིག་གིན་ཏུ་རྒྱང་དུ་འོང་དུ་ཉལ་ཏེ་གཉིད་གིས་ལོག་  
 པ་ན། ཁང་མིག་གི་ནང་དུ་སྒྲུང་པོ་ཆེའི་ཁྱུ་ལའི་མས་པ་མྱིས་པའི་ཆོ་ཡུལ་རི་ལྗང་བ་བཞིན་

ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཁང་མིག་གི་ནང་དུ་གྲང་པོ་ཆེའི་བྱ་ཤོད་བའི་གོ་སྐབས་མེད་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་མེད་བཞིན་དུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 དེ་འང་སྤྲིང་པོ་མེད་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེ་བསམ་བྱ། །ཞེས་སྒྲིམ་ཏེ། རྩི་ལམ་ན་  
 ཡུལ་མེད་པའི་ཤེས་པ་གྲུབ་མ་གྲུབ་དབྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། །  
 དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གང་གི་ཆོང་ལ་རྩི་ལམ་ན་ཡང་སེམས། །ཡོད་མིན་དེ་ཆོ་བྱེད་  
 གྱི་དབེ་ཡོད་མིན། །གང་གི་ཆོང་དབུ་མ་པ་བའི་ལུགས་ལ། སད་པའི་གནས་སྐབས་  
 སུ་མ་ཟད། རྩི་ལམ་ན་འང་སེམས་བདེན་པ་བ་ཡོད་པ་མིན་པ་དེའི་ཆོ། རྣམ་རིག་  
 པ་བྱེད་གྱིས་བཞོད་པའི་རྩི་ལམ་ནི་ཤེས་པ་བདེན་པ་བ་སྐྱབ་པའི་དབེར་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སད་ཆོ་རྩི་ལམ་དྲན་ལས་ཡིད། །ཡོད་ན་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་ཡང་དེ་  
 བཞིན་འབྱུང་། །གལ་ཏེ་སད་པའི་ཆོ་རྩི་ལམ་གྱི་ཤེས་པ་འབྱུལ་པ་ཕྱོད་བ་དྲན་པ་  
 ལས་ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་འབྱུལ་པ་ཡོད་པར་གྲུབ་བོ་ཞེ་ན། འོ་ན་ནི་ཇི་ལྟར་རྩི་ལམ་ན་  
 ཤེས་པ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་ཡང་ཡོད་པར་འབྱུང་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
 ཇི་ལྟར་བྱེད་གྱིས་ངས་མཐོང་སྟམ་དྲན་པ། །དེ་འདྲ་ཕྱི་རོལ་ལ་ཡང་མཚུངས་པ་  
 ཡིན། །ཇི་ལྟར་སད་པའི་གནས་སྐབས་ན་ངས་འདི་ལྟ་བུ་མཐོང་ངོ་སྟམ་དུ་ཤེས་པ་  
 དྲན་པ་དེ་དང་འདྲ་བར་གྲང་པོ་ཆེ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ལའང་དྲན་པ་ཡོད་པར་  
 མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པར་སྒྲུབས་དབེ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་སྐྱབ་བྱེད་  
 གཞན་སྒྲིམ་པ། གལ་ཏེ་གཉིད་ནང་མིག་སྒྲོ་མི་སྤྲིད་པས། །ཡོད་མིན་ཡིད་གྱི་ཤེས་  
 པ་ཁོ་ན་ཡོད། །དེ་ཡི་རྣམ་པ་ཕྱི་རོལ་ཉིད་དུ་ཞེ་ན། །རྩི་ལམ་ཇི་ལྟ་བཞིན་དུ་འདིར་

ཡོད་ན། །གལ་ཏེ་གཉིད་ཀྱི་ནང་ན་དེས་དགྲ་གས་པས་མིག་སྟོ་ལ་སོགས་པའི་དབང་  
 པོའི་ཤེས་པ་རྣམས་མི་སྲིད་པས་གཟུགས་སོགས་བྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་ཡོད་པ་མིན་ལ།  
 འོན་ཀྱང་གཉིད་ཀྱིས་བསྐྱད་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བ་ཁོ་ན་  
 ཡོད་ལ་དེའི་རྣམ་པ་ལ་ཕྱི་ལམ་གྱི་ཆོ། བྱི་རོལ་དུ་ཞེན་པར་བྱེད་པ་ཙམ་མོ། །དེ་  
 བས་ན་ཕྱི་ལམ་དུ་ཡུལ་མེད་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ་སང་པའི་  
 གནས་སྐབས་འདིར་ཡང་འབྱུང་ངོ་ཞེ་ན། དེའང་མ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྷར་བྱོད་གྱི་བྱི་  
 ཡུལ་ཕྱི་ལམ་དུ། །མ་སྐྱེས་དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱང་སྐྱེས་མ་ཡིན། །མིག་དང་མིག་གི་  
 ཡུལ་དང་དེས་བསྐྱེད་སེམས། །གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ནི་རྩུན་པ་ཡིན། །རི་  
 ལྷར་བྱོད་གྱི་ལུགས་ལ་ཕྱི་ལམ་དུ་བྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཡིད་  
 ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའང་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་རི་ལྷར་སང་པའི་ཆོ་གཟུགས་  
 མཐོང་བ་ན། མིག་དང་གཟུགས་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་གསུམ་དམིགས་པ་དེ་  
 བཞིན་དུ། ཕྱི་ལམ་གྱི་ཆོའང་གསུམ་པོ་དེ་དག་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྷར་དེར་  
 མིག་དང་མིག་གི་ཡུལ་གཟུགས་གཉིས་བདེན་པ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་དེས་སྐྱེས་  
 པའི་མིག་གི་སེམས་ཀྱང་བདེན་པ་མེད་པས། དེའི་བྱིར་ཕྱི་ལམ་གྱི་ཡུལ་དང་དབང་  
 པོ་དང་རྣམ་ཤེས་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་རྩུན་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །རྣ་སོགས་  
 ལྷག་མ་གསུམ་ལའང་སྐྱེ་བ་མེད། །དེ་བཞིན་དུ་ཕྱི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ན་བ་  
 ནས་ཡིད་ཀྱི་བར་གྱི་ཡུལ་དང་། དབང་པོ་དང་རྣམ་ཤེས་རྣམས་ལའང་སྐྱེ་བ་མེད་  
 ནོ། །དེའི་བྱིར་ཕྱི་ལམ་གྱི་ཡུལ་དང་དབང་པོ་དང་རྣམ་ཤེས་ཐམས་ཅད་བརྩུན་པ་



ཡིན་པའི་བྱིར་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་བདེན་པར་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་མི་རིགས་སོ། །མི་  
 ལམ་གྱི་ཡུལ་དང་དབང་པོ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བརྟུན་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་བྱེད་གྱི།  
 མི་ལམ་ཇི་ལྟ་བཞིན་དུ་སད་འདིར་ཡང་། །དངོས་རྣམས་བརྟུན་ཡིན་སེམས་དེ་ཡོད་མ་  
 ཡིན། །སྟོད་ཡུལ་མེད་ཅིང་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱང་མེད། །ཇི་ལྟར་མི་ལམ་གྱི་ཡུལ་  
 དང་དབང་པོ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བརྟུན་པ་དེ་བཞིན་དུ་སད་པའི་སྐབས་འདིར་  
 ཡང་། སྒྱིར་བྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རྟུན་པ་ཡིན་ཞིང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་དམིགས་  
 བྱེད་གྱི་སེམས་དང་དམིགས་བྱའི་སྟོད་ཡུལ་དང་། རྟེན་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱང་བདེན་  
 པར་གྲུབ་པ་མེད་དོ། །དེའི་བྱིར་མདོ་ལས། སྟོད་པའི་འགྲོ་བ་མི་ལམ་ལྟ་བུ་སྟེ། །  
 འདི་ལ་སྟུ་ཡང་མི་འཆི་སྟེ་བ་མེད། །སེམས་ཅན་མིང་དང་སྟོག་ཀྱང་མི་རྟོན་དེ། །  
 ཆོས་འདི་ཐམས་ཅད་དབུ་བ་ཆུ་ཤིང་འདྲ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་།  
 འདི་ནི་ཇི་ལྟར་སད་བཞིན་ཇི་སྟོད་དུ། །མ་སད་དེ་སྟོད་དེ་ལ་གསུམ་པོ་ཡོད། །སད་  
 པར་གྱུར་ན་གསུམ་ཅར་ཡོད་མིན་ལྟར། །གཏི་མུག་གཉིད་སད་ལས་དེ་དེ་བཞིན་  
 ནོ། །འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་ཇི་ལྟར་སད་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡུལ་དབང་ཤེས་གསུམ་  
 ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཇི་སྟོད་གཉིད་ལས་མ་སད་པ་དེ་སྟོད་དུ་མི་ལམ་གྱི་སྐྱེས་བུ་དེ་  
 ལ་ཡུལ་དབང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གསུམ་ཅར་ཡོད་དེ། །གསུམ་དུ་སྒྲུང་བ་ཡོད་ཅིང་  
 སྒྲུང་བ་ལྟར་ཞེན་པའང་ཡོད་པའི་བྱིར། །གཉིད་ལས་སད་པར་གྱུར་པ་ན་མི་ལམ་  
 གྱི་སྐབས་གྱི་གསུམ་པོ་ཡོད་པ་མིན་པ་ལྟར། །ཇི་ལྟར་མ་རིག་པའི་གཉིད་ལས་མ་  
 སད་པ་དེ་སྟོད་དུ་ཡུལ་དང་དབང་པོ་དང་རྣམ་ཤེས་གསུམ་ཅར་མཆུངས་པར་ཡོད་

ལ། གང་གི་ཆེ་མ་རིག་པའི་གཉིད་ལས་སང་དེ། སྟོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་  
 བའི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་དེའི་ཆེ་གསུམ་པོ་དེ་སང་པའི་དུས་དེ་  
 བཞིན་དུ་སྒྲུང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་ཡུལ་མེད་པའི་རྣམ་ཤེས་ཡོད་པར་  
 མི་རིགས་སོ། །གཉིས་པ་དབང་ཤེས་ལུལ་པའི་དབེ་དགག་པ་ནི། གལ་ཏེ་རབ་  
 རིབ་ཅན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྐྱེ་ཤད་ལ་སོགས་པ་དམིགས་པའི་སྤྱིར། སྤྱི་  
 རོལ་མེད་ཀྱང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་དགག་པ་དངོས་དང་། དེའི་  
 སྟོན་སྟོང་དགག་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཤེས་བྱ་མེད་པར་སྟོ་ཡོད་ན། །  
 དབང་པོ་རབ་རིབ་བཅས་པའི་སྟོ་གང་གིས། །རབ་རིབ་མཐུ་ཡིས་སྐྱེ་རྣམས་གང་  
 མཐོང་བ། །དེ་སྟོ་ལ་ལྟོས་གཉིས་ཅར་བདེན་པ་སྟེ། །དོན་གསལ་མཐོང་ལ་གཉིས་  
 ཀའང་རྟུན་པ་ཡིན། །མིག་གི་དབང་པོ་རབ་རིབ་དང་བཅས་པའི་སྟོ་གང་གིས་རབ་  
 རིབ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་མཐུས་སྐྱེ་ཤད་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་གང་མཐོང་བ་དེའང་  
 དེར་སྒྲུང་བའི་སྟོ་ལ་ལྟོས་ནས་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་ཅར་བདེན་པ་སྟེ། དེ་  
 དང་དེར་སྒྲུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །རབ་རིབ་དང་བྲལ་བའི་དོན་གསལ་བ་མཐོང་བ་ལ་  
 ལྟོས་ནས་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་ཀའང་རྟུན་པ་ཡིན་ཏེ། གཉིས་ཀའང་དེ་ལ་  
 མི་སྒྲུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་ཡུལ་མེད་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་རྣམ་ཡང་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར། གལ་ཏེ་ཤེས་བྱ་མེད་པའི་སྟོ་ཡོད་ན། །སྟོ་  
 དེའི་ཡུལ་དང་མིག་ནི་རྗེས་འབྲེལ་བའི། །རབ་རིབ་མེད་ལའང་སྐྱེ་ཤད་སྟོར་འགྱུར་  
 ན། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་དེའི་སྤྱིར་དེ་ཡོད་མིན། །གལ་ཏེ་ཤེས་བྱའི་ཡུལ་སྐྱེ་ཤད་མེད་པ་

དེར་སྒྲུང་བའི་སྒོ་ཡོད་ན། སྐྱེ་ཤད་དེའི་ཡུལ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་ལ་བར་གཞིང་ལ་  
 མོགས་པའི་ཡུལ་དེར་རབ་རིབ་མེད་པའི་མིག་ཅན་གྱིས་མིག་བལྟས་པ་ན་འད་སྐྱེ་  
 ཤད་དུ་སྒྲུང་བའི་སྒོ་སྒྲེ་བར་འགྱུར་ཏེ། ཡུལ་སྐྱེ་ཤད་མེད་པར་མཚུངས་པའི་བྱིར་  
 རོ། །ཡུལ་སྐྱེ་ཤད་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་དབང་གིས་དེར་སྒྲུང་བའི་སྒོ་སྒྲེ་བ་དང་  
 མི་སྒྲེ་བ་མ་ཡིན་གྱི་སྒྲུང་རུང་གི་རྒྱུའི་བྱུང་བར་གཞན་ལས་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ།  
 འོག་ནས་འགོག་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་། དེ་བས་ན་རབ་རིབ་མེད་པ་ལ་སྐྱེ་ཤད་དུ་  
 སྒྲུང་བ་སྒྲེ་བ་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པ་དེའི་བྱིར་། ཡུལ་མེད་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཡོད་  
 པ་མིན་ནོ། །གཉིས་པ་དེའི་སྒྲིན་སྒྲོང་དགག་པ་ནི། གང་བྱིར་མཐོང་བ་དག་ལ་སྒོ་  
 རུས་ནི། སྒྲིན་མེད་དེ་བྱིར་དེ་ལ་སྒོ་མི་འབྱུང་། ཤེས་བྱ་ཡོད་དངོས་བྲལ་བས་མིན་  
 ཞེ་ན། །ཡུལ་ཡོད་པ་དང་མེད་པས་ཤེས་པ་སྒྲེ་བ་དང་མི་སྒྲེ་བར་ངེས་ན་དེ་ལྟར་  
 འགྱུར་ནའང་། འདིར་ཤེས་བྱ་ཡོད་པ་ལས་དེར་སྒྲུང་བའི་སྒོ་སྒྲེ། ཤེས་བྱ་དངོས་  
 བོ་དང་བྲལ་བས་དེའི་སྒོ་མི་སྒྲེ་བ་མ་ཡིན་གྱི། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། རང་གི་བག་ཆགས་  
 ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་དང་། མ་སྒྲིན་པ་ལས་ཡིན་ནོ། །གང་གི་བྱིར་དེ་ལྟ་ཡིན་པ་དེའི་  
 བྱིར་སྐྱེ་ཤད་མཐོང་བ་དག་ལ་སྐྱེ་ཤད་ཀྱི་སྒོའི་རུས་པ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་ཞིང་། རུས་  
 པ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་མེད་པའི་བྱིར་རབ་རིབ་མེད་པ་དེ་ལ་སྐྱེ་ཤད་དུ་སྒྲུང་བའི་སྒོ་  
 མི་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་རུས་པ་ཞེས་བྱ་བ་འགའ་ཞིག་ཡོད་ན། དེ་སྒྲིན་  
 པ་དང་། མ་སྒྲིན་པ་ལས་ཤེས་པ་སྒྲེ་བ་དང་མི་སྒྲེ་བར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། རུས་པ་  
 མེད་པས་འདི་ནི་འགྱུར་མ་ཡིན། །འཆད་པར་འགྱུར་བའི་རིགས་པས་རུས་པ་མེད་



བས་བཤད་མ་ཐག་པའི་རེས་པ་འདི་འགྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་ལྟར་རྣམ་པ་མི་འགྲུབ་  
 ཅེ་ན། སྒྲེས་ལ་རྣམ་པ་སྤྱད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །མ་སྒྲེས་ངོ་བོ་ལ་ཡང་རྣམ་ཡོད་མིན། །  
 རྣམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཅིག་ཡོངས་སུ་རྟོག་ན། རྣམ་ཤེས་ད་ལྟར་བ་དང་འབྲེལ་  
 བ་ཅན་ཞིག་གསུམ། འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་ཞིག་ཡོངས་སུ་  
 རྟོག་དང་པོ་ལྟར་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྒྲེས་པ་ད་ལྟ་བུ་ལ་རྣམ་པ་སྤྱད་པ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཆེ་རྣམ་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་རྣམ་པ་ད་ལྟར་བ་ཡིན་  
 ཅིང་། དེའང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པས། རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྲས་  
 ཐུར་གྱུར་པ་ད་ལྟར་བ་ཉིད། རྒྱ་ཉིད་དུ་འང་འགྱུར་ན་དེའང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 གལ་ཏེ་ཡིན་ན་རྣམ་ཤེས་ད་ལྟར་བ་སྒྲེ་བ་རྒྱ་མེད་པར་ཡང་འགྱུར་ཏེ། རྣམ་པ་ད་  
 ལྟར་བ་དེའི་རྒྱར་མི་རིགས་ཤིང་རྒྱ་གཞན་ཡང་ཁས་མ་སྒྲུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་  
 གི་ཆེ་རྣམ་པ་ལས་ཞེས་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ། རྣམ་པ་ལས་རྣམ་ཤེས་ད་ལྟར་བ་  
 འབྲུང་བ་འགྱུར་ན། དེའང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ད་ལྟར་བ་ཡོད་པས་གཞན་ལ་  
 རག་མ་ལས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱོགས་གཉིས་པ་ལྟར་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་སྒྲེས་པ་  
 མ་འོངས་པའི་འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་རྣམ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར། བྱད་  
 པར་མེད་པར་བྱད་པར་ཅན་ཡོད་མིན། །མོ་གཤམ་བྱ་ལའང་དེ་ནི་ཡོད་པར་ཐལ། །  
 གང་གི་ཆེ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་ཞེས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བྱད་པར་ཡིན་ལ།  
 རྣམ་པ་བྱད་པར་གྱི་གཞི་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ། བྱད་པར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་འོངས་  
 པ་མེད་པས་དེས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པ་ཅན་གྱི་རྣམ་པ་དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱད་

པར་མ་བཟུང་བར་བྱད་པར་གྱི་གཞིའི་སྒྲིན་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་རྣམ་ཤེས་  
 མ་སྦྱེས་པ་ལའང་རྣམ་པ་འདོད་ན། མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ལའང་རྣམ་པ་དེ་ནི་ཡོད་པར་  
 ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། མ་སྦྱེས་པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་འབྱུང་བར་འགྱུར་  
 བས་བསྟན་འདོད་ན། གལ་ཏེ་རྣམ་པ་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་མ་འོངས་པ་སྟོང་ལ་བསམས་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འདིའི་རྣམ་པ་འདིའོ་ཞེས་  
 རྣམ་པ་དེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བས་བྱད་པར་དུ་བྱས་ནས་བསྟན་  
 པ་ལ་འགལ་བ་མེད་དེ། དཔེར་ན་འབྲས་ཆན་ཆོས་ཤིག་སྣལ་མ་འདི་དག་ལ་  
 སྣམ་བུ་གྱིས་ཤིག་ཅེས་སྒྲིབ་བ་བཞིན་ཅེས་འདོད་ན། རྣམ་པ་མེད་པར་འདི་ཡི་  
 འབྱུང་འགྱུར་མེད། །གལ་ཏེ་རྣམ་པ་ཡོད་ན་དེ་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་མ་འོངས་པ་སྟོང་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་འོངས་  
 པ་མེད་པས་དེས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་རྣམ་པ་མེད་ལ། དེའི་ཕྱིར་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་  
 ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་རྣམ་པ་མེད་པར་འདིའི་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཀྱང་མེད་  
 པ་ཡིན་ནོ། །འདིས་ནི་འབྲས་ཆན་ལ་སོགས་པའི་དཔེ་དག་ཀྱང་བཀག་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གཞན་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་ན་རྣམ་པ་འགྱུར་ལ། རྣམ་པ་གྲུབ་ན་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་འགྱུར་པའི་ཕྱིར། རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་རྣམ་པ་ཕན་ཚུན་སྟོས་པས་གྲུབ་  
 བར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་ན་གཉིས་ཀའང་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་  
 ལྟར། ཕན་ཚུལ་དོན་ལ་བརྟེན་པའི་འགྱུར་པ་ནི། གྲུབ་པ་མིན་ཞེས་དམ་པ་རྣམས་  
 གྱིས་གསུངས། །ཕན་ཚུལ་བརྟེན་ནས་འགྱུར་པ་རྣམས་ནི། རིང་པོ་དང་། ཐུང་དུ་

དང་། བ་མོལ་དང་། རྩུ་མོལ་ལྟར་དུ། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་མིན་ཞེས་དམ་པ་  
 མཐུན་རབ་མངའ་བ་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་ཏེ། རི་རྒྱད་དུ། བསྟན་བཅོས་ལས།  
 གལ་ཏེ་དངོས་པོ་གང་ལྟོས་གྲུབ། །དེ་ཉིད་ལ་ཡང་ལྟོས་ནས་ནི། །ལྟོས་བྱ་གང་  
 ཡིན་དེ་འགྲུབ་ན། །གང་ལ་ལྟོས་ནས་གང་ཞིག་འགྲུབ། །ཅིས་དང་། ཡང་གསུངས་  
 བ། དངོས་པོ་ལྟོས་གྲུབ་གང་ཡིན་པ། །དེ་མ་གྲུབ་ན་རི་ལྟར་ལྟོས། །ཅི་སྟེ་གྲུབ་པ་  
 ལྟོས་ཞེ་ན། །དེ་ནི་ལྟོས་པར་མི་རིགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། འབགས་པ་  
 ལྟས་ཀྱང་། འབྲས་བུ་མེད་པར་རྒྱ་ཡིས་ནི། །རྒྱ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར། །དེ་ཡི་  
 ཕྱིར་ན་འབྲས་བུ་ཀྱན། །རྒྱ་ཉིད་དུ་ནི་ཐལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །འདིར་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། རུས་པ་མ་འགྲུབ་པར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 འགྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རུས་པ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱར་ཁས་བླངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་གྲུབ་པར་ཡང་རུས་པ་མི་འགྲུབ་སྟེ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རུས་  
 པ་ཞེས་རུས་པ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་བྱད་པར་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་གཅིག་མ་གྲུབ་ན་འང་གཉིས་ག་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ་བོ་ཉིད་  
 ཀྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་མ་འོངས་པ་ལ་རུས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 ནོ། །དེ་ནི་འདས་པ་ལ་འང་རུས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ།  
 གལ་ཏེ་འགག་པའི་རུས་སྒྲིན་ལས་འགྱུར་ན། །གཞན་གྱི་རུས་པ་ལས་གཞན་འབྱུང་  
 བར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་འགགས་ཤིང་འདས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དག་གིས་རང་  
 འགག་བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་ན་རང་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ཕྱི་མ་



བསྐྱེད་པའི་དོན་དུ་ཀུན་གཞི་ལ་བཞག་པའི་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་ལས་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་རྣམས་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེན། བརྟག་པ་སྒྲུ་མ་གཉིས་ནི་མཐའ་དབྱེད་  
 པ་ཙམ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་རྣམ་རིག་པའི་འདོད་པ་རྣལ་མ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་ན་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་གཞན་གྱི་རྣམ་པ་ལས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཞན་འབྱུང་བར་འགྱུར་དྲི་  
 གང་གི་སྤྱིར་ཞེན། རྒྱུ་ཙན་རྣམས་དེར་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་ཡོད། རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 སྐད་ཅིག་སྒྲུ་མ་སྤྱི་རྒྱུ་མ་ཆད་པར་འཇུག་པའི་རྒྱུ་ཙན། སྐད་ཅིག་སྒྲུ་མ་དེ་དག་ནི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པར་གཞན་གྱིས་ཁས་སྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
 གཞན་ལས་གཞན་འབྱུང་མོད། མི་རིགས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེན། འདི་ལ། གལ་ཏེ་གཞན་  
 ལས་གཞན་ཞིག་འབྱུང་ན་ནི། །མེ་ཕྱེ་ལས་ཀྱང་མུན་པ་མཐུག་པོ་འབྱུང་འགྱུར་  
 ཞིང་། །ཞེས་སོགས་ཉེས་པ་བཤད་ཟིན་དྲི། །གཞན་ཡང་། དེ་སྤྱིར་ཀུན་ལས་  
 ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །ཞེས་དྲི། འདི་འར་སྒྲུ་མ་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་འགོག་པའི་  
 ཐད་དུ་བཤད་ཟིན་དྲི། །འདིར་སྒྲུ་མ་པ། གལ་ཏེ་འདིར་ནི་རྒྱུ་ཙན་ཐ་དད་གྱི། །  
 དེ་དག་ལ་རྒྱུ་མ་ཐ་དད་མེད་དེའི་སྤྱིར། །ཉེས་མེད་ཅེན། གལ་ཏེ་རྣམ་ཤེས་རྒྱུ་  
 གྱིས་འཇུག་པའི་སྐབས་འདིར་རྒྱུ་ཙན་སྐད་ཅིག་སྒྲུ་མ་ཐ་དད་པར་ཡོད་ཀྱང་། དེ་  
 དག་གི་རྒྱུ་མ་ཐ་དད་མེད་པ་དེའི་སྤྱིར་ཀུན་ལས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བའི་ཉེས་པ་མེད་དོ་  
 ཞེན། གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ཉེས་པ་མེད་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། འདི་ནི་མ་བསྐྱབས་  
 པས། འདི་ནི་བསྐྱབ་བྱ་ཞིག་གོ། ཅིའི་སྤྱིར་ཞེན། ཐ་མི་དད་པའི་རྒྱུ་སྐབས་མེད་  
 སྤྱིར་རོ། །རྣམ་ཤེས་སྐད་ཅིག་སྒྲུ་མ་ཐ་དད་པ་རྣམས་ལ་ཐ་མི་དད་པའི་རྒྱུ་

གཅིག་རྗེས་སུ་འབྲུག་པའི་གོ་སྐབས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའང་འདི་ལྟར། བྱམས་  
 པ་ཉིད་སྤྲས་ལ་བརྟེན་ཆོས་རྣམས་ནི། །གཞན་ཉིད་ཕྱིར་ན་རྒྱད་གཅིག་གཏོགས་  
 མིན་ཏེ། །གང་དག་རང་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་སོ་སོ་བ། །དེ་དག་རྒྱད་གཅིག་གཏོགས་  
 པར་རིགས་མ་ཡིན། །རི་ལྟར་བྱམས་པ་དང་ཉིད་སྤྲས་ལྟ་བུ་གཞན་དང་གཞན་ལ་  
 བརྟེན་པའི་ཆོས་རྣམས་ནི་གཞན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྒྱད་གཅིག་ཏུ་གཏོགས་པ་མ་  
 ཡིན་པ། དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐད་ཅིག་སྤྱི་བྱི་གང་དག་རང་མཆོན་ཉིད་  
 ཀྱིས་སོ་སོ་བ་དང་པ་དེ་དག་རྒྱད་གཅིག་ཏུ་གཏོགས་པར་རིགས་པ་མིན་ཏེ།  
 གཞན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་དང་མ་སྒྲིན་པ་  
 ལས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྒྱེ་བ་དང་མི་སྒྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲུབ་དེ་བས་ལ་བ་ཡིན་ཏེ།  
 དེའི་ཕྱིར་ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཤེས་པའང་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་ཕྱི་མེད་ཤེས་པ་ཡོད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་གཞན་ཡང་དགག་པ་ནི། སྤྲུལ་ཡང་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྒྲུབས་རང་གི་ལུགས་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་མངོན་པར་འདོད་  
 པའི་དོན་འགྲུབ་པར་བསམས་ནས་སྒྲུབ་པ། མིག་སྒྲོའི་སྒྱེ་བར་རང་རྣམ་གང་ཞིག་  
 ལས། །དེ་མ་ཐག་ཏུ་དེ་ནི་སྒྱེ་འགྲུལ་ཞིང་། །རང་གི་རྣམ་ཤེས་རྟོན་གྱི་རྣམ་དེ་ལ། །  
 དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་མིག་ཅེས་བྱ་བར་རྟོགས། །མིག་གི་དབང་པོའི་སྒྲོ་སྒྱེ་བར་  
 འགྲུལ་བའི་རང་གི་རྣམ་པ་གང་ཞིག་ཀུན་གཞི་ལ་རྣམ་ཤེས་སྤྲུལ་མས་བཞག་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ལས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ནི་སྒྱེ་བར་འགྲུལ་ཞིང་།  
 མིག་གི་རྣམ་ཤེས་རང་གི་རྟོན་དུ་གྱུར་པའི་རྣམ་པ་དེ་ལ་གཏི་མུག་གི་དབང་གིས་

འཛིག་རྟེན་ན་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་མིག་ཅེས་བྱ་བར་ཐ་སྐད་བྱེད་ཀྱི། རྣམ་ཤེས་  
 ལས་ཐ་དད་པའི་མིག་གི་དབང་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་དབང་པོ་གཞན་  
 རྣམས་ལའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་རྣམ་ཤེས་ལས་ཐ་དད་པའི་དབང་པོ་མེད་  
 པར་བསྟན་ནས། གཟུགས་སོགས་ཡུལ་རྣམས་ཀྱང་ཤེས་པ་ལས་ཐ་མི་དད་པར་  
 བསྟན་པའི་བྱིར་སྒྲུབ་པ། འདི་ན་དབང་པོ་ལས་བྱུང་རྣམ་པར་རིག་ །བྱི་གཟུང་  
 མེད་པར་རང་གི་ས་བོན་ལས། །སྡོ་སོགས་སྒྲུང་ཉིད་བྱུང་བར་མ་རྟོགས་ནས། །  
 སྡོ་བོས་བྱི་རོལ་གཟུང་བར་སེམས་ཁས་ལེན། །འདི་ནི་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་  
 པོ་ལས་བྱུང་བའི་རྣམ་པར་རིག་པ་རྣམས་བྱི་རོལ་གྱི་གཟུང་བ་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་  
 ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བརྒྱད་དེ་འོངས་པའི་རང་གི་ས་བོན་ལས། སྡོ་སོགས་ཡུལ་དུ་  
 སྒྲུང་བ་ཉིད་བྱུང་བར་མ་རྟོགས་ནས་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྡོ་བོས་ཤེས་པ་ལ་སྒྲུང་བ་བྱི་  
 རོལ་གྱི་གཟུང་བར་སེམས་ཤིང་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་ལས་བྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པའི་དོན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པ་གཅིག་དུ་ན། མི་ལམ་  
 ན་ནི་གཟུགས་དོན་གཞན་མེད་པར། །རང་རྒྱས་སྒྲིན་ལས་དེ་ཡི་རྣམ་ཅན་སེམས། །  
 འབྱུང་བ་ཇི་ལྟར་དེ་བཞིན་སད་ལའང་འདིར། །བྱི་རོལ་མེད་པར་ཡོད་ནི་ཡོད་ཅེ་  
 ན། །ཇི་ལྟར་མི་ལམ་ན་ནི་གཟུགས་སོགས་བྱིའི་ཡུལ་དོན་གཞན་མེད་པར། རང་  
 དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རྒྱས་པ་སྒྲིན་པ་ལས་གཟུགས་སོགས་སད་པ་དེའི་རྣམ་པ་  
 ཅན་གྱི་ཡོད་ཀྱི་སེམས་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ། སད་པའི་གནས་སྐབས་ལའང་།  
 བྱི་རོལ་མེད་པར་ཡོད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེའང་མ་ཡིན་ཏེ།



འདི་ལྟར་རི་ལྟར་མིག་མེད་པར་ནི་མི་ལམ་དུ། སྒྲོ་སྤྲེལ་སྤྲེལ་བའི་ཡིད་སེམས་  
 འབྱུང་དེ་ལྟར། མིག་དབང་མེད་པར་རང་གི་ས་བོན་ནི། སྒྲིན་ལས་ཡོང་བ་ལ་  
 འདིར་ཅིས་མི་སྒྲེ། རི་ལྟར་མིག་དང་གཟུགས་མེད་པར་ཡང་མི་ལམ་དུ་རང་གི་  
 བག་ཆགས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་བ་ལས་སྒྲོ་སྤྲེལ་ཡུལ་དུ་སྤྲེལ་བའི་ཡིད་ཀྱི་སེམས་  
 མད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་མིག་གི་ཤེས་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་འབྱུང་ན། དེ་  
 ལྟར་དུ་མད་པའི་གནས་སྐབས་འདིར་ཡང་རང་གི་ས་བོན་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་བ་ལས་  
 ཡོང་བ་དག་ལ་སྒྲོ་སྤྲེལ་སྤྲེལ་བའི་ཡིད་སྒྲོ་རི་ལྟར་མི་སྒྲེ་སྒྲེ། གཉིད་ཡོག་པའི་  
 གནས་སྐབས་དང་། མིག་མེད་པར་འདྲ་བའི་བྱིར་རོ། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལྟར་མི་ལམ་  
 དུག་པ་ཡི། རྣམ་པ་སྒྲིན་ཡོད་མད་ལ་མེད་གྱུར་ན། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་ལྟར་ན་མིག་  
 མེད་པ་ཉིད་ཤེས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཅི་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་བུའི་ཡིད་ཀྱི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་བ་ཡིན་ལ། དེའང་མི་ལམ་གྱི་ཆེ་གཉིད་  
 ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་དེ་ལྟ་བུའི་དུག་པ་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་སྒྲིན་བ་ཡོད་ལ། མད་པ་  
 ལ་མེད་པས་རི་སྐད་བཤད་པའི་ཉེས་པར་མི་འགྱུར་ན། དུག་པའི་རྣམ་སྒྲིན་རི་  
 ལྟར་འདིར་མེད་པ། རི་ལྟར་མི་ཆེ་མེད་ཅིས་ཅིས་མི་རིགས། གལ་ཏེ་ཤེས་བྱེད་  
 མེད་པར་ཆོག་ཙམ་གྱིས་དེ་སྐད་སྒྲུ་ན། རེད་ཀྱི་ཆོག་གིས་ཀྱང་རི་ལྟར་མད་པའི་  
 གནས་སྐབས་འདིར་དུག་པའི་རྣམ་པ་སྒྲིན་བ་མེད་པ་དེ་ལྟར། མི་ལམ་གྱི་ཆེ་འང་  
 མེད་དོ་ཞེས་ཅིས་མི་རིགས། ཅི་སྒྲེ་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུན་  
 གཉིད་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་བྱིར་ཞེས་སྤྲེལ་མ་སྒྲུས་སམ་ཞེ་ན། སྒྲུས་ཀྱང་རིགས་

པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་མིག་མེད་འདི་ཡི་རྒྱ་མིན་ལྟར། ཁྱི་ལམ་དུ་ཡང་གཉིད་ནི་  
 རྒྱ་མ་ཡིན། ཇི་ལྟར་མིག་མེད་པའི་སད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལོང་བའི་རྒྱད་ལ་སྒྲོ་  
 སོགས་སྒྲུང་བའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མིན་པ་  
 ལྟར། ཁྱི་ལམ་དུ་འང་། གཉིད་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་སྒྲིན་པའི་རྒྱ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། གནས་སྐབས་དེ་གཉིས་ཀའང་མིག་མེད་པར་མཚུངས་པའི་བྱིར་རོ། །  
 འོ་ན་ལོང་བ་དག་ལ་ཁྱི་ལམ་དུ་སྒྲོ་སོགས་གསལ་བར་སྒྲུང་བའི་ཤེས་པ་སྒྲེ་བ་ཇི་  
 ལྟར་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ལ་མིག་མེད་པའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེའི་ཆེ་གཉིད་ཀྱི་རྒྱུན་ལས་  
 མིག་དང་གཟུགས་དང་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྒྱུན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་སྒྲེ་  
 བའི་བྱིར་ཉེས་པ་མེད་དོ། འོ་ན་སད་པའི་ཆེ་ཇི་ལྟར་མི་འབྱུང་ཞེ་ན། རྒྱུན་གཉིད་  
 མེད་པའི་བྱིར་རོ། འོ་ན། ཇི་ལྟར་སད་པའི་ཆེ་མིག་མེད་པ་དབང་ཡུལ་རྒྱུན་པའི་  
 རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ལྟར། ཁྱི་ལམ་གྱི་ཆེ་འང་གཉིད་ཀྱང་དེ་དག་གི་རྒྱུར་མི་རུང་རོ་ཞེ་ན།  
 དེ་ནི་འབྲེལ་བ་མེད་དེ། སད་པའི་གནས་སྐབས་ན་ནམ་ཡང་མིག་མེད་པ་ལ་ནི་སྒྲོ་  
 སོགས་གསལ་བར་སྒྲུང་བའི་ཤེས་པ་བདེན་པའམ་རྒྱུན་པ་འགའ་ཡང་སྒྲེ་བར་མ་  
 མཐོང་ལ། སྒྲོ་སོགས་གསལ་བར་སྒྲུང་བའི་ཤེས་པ་དང་ལྟན་པ་ལ་ནི་མིག་དང་  
 ལྟན་པའི་ཐ་སྙད་འདོགས་པའི་བྱིར་། ཁྱི་ལམ་ནའང་སྒྲོ་སོགས་གསལ་བར་སྒྲུང་  
 བའི་ཤེས་པ་ཉམས་སུ་སྒྱུང་བའི་བྱིར་ན། མིག་དང་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཁས་  
 གླུང་བར་བྱའོ། ཇི་ལྟ་བུའི་དབང་པོ་རྒྱུན་པའི་རྒྱུང་གཉིད་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་གཞན་མ་  
 དམིགས་པའི་བྱིར་རོ། གང་གི་བྱིར་དེ་ལྟ་ཡིན་པ་དེ་བྱིར་ཁྱི་ལམ་དུ་ཡང་དེ་དངོས་

མིག །རྩུན་པའི་ཡུལ་ཅན་རྟོགས་པའི་རྒྱར་ཁས་སྤང་། །དེ་བས་ན་མི་ལམ་དུའང་  
 རྩུན་པའི་དངོས་པོའམ་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་མིག་ནི། རྩུན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་  
 ཡུལ་རྟོགས་པའི་རྒྱར་ཁས་སྤང་བར་བྱ་སྟེ། མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་མེད་  
 བར་གཟུགས་སྒྲ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་རྟོགས་པ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན།  
 འདི་ཡིས་ལན་ནི་གང་དང་གང་བཏབ་པ། །དེ་དང་དེ་ནི་དམ་བཅའ་མཚུངས་མཐོང་  
 བས། །ཚུད་འདི་སེལ་བྱེད། དབུ་མ་བས་ཡུལ་དང་དབང་པོ་རྣམ་ཤེས་གསུམ་ཀ་  
 རང་བཞིན་མེད་པར་བསྟན་པ་ན། རྣམ་པར་ཤེས་པར་སྒྲ་བ་འདི་ཡིས་ཡུལ་བདེན་  
 པར་མེད་ཅིང་ཤེས་པ་བདེན་པར་སྒྲུབ་པའི་ལན་ནི། སང་པའི་ཤེས་པ་ནི་དོན་  
 གྲིས་སྟོང་སྟེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་ལམ་གྱི་ཤེས་པ་བཞིན། སང་པའི་  
 སྒྲུབས་ཀྱི་ཡུལ་ཡང་རྩུན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་  
 ལམ་གྱི་ཡུལ་བཞིན། དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་བྱང་ནི་གཞན་གྱི་  
 དབང་མེད་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མེད་ཕྱིར་རུས་སྤལ་གྱི་སྤྱི་གོས་བཞིན་  
 ཞེས་སོགས་གང་དང་གང་བཏབ་པ་དེ་དང་དེ་ནི་མཁས་པ་དབུ་མ་པ་དག་གིས་  
 དམ་བཅའ་དང་མཚུངས་པར་བསྒྲུབ་བྱ་ལ་རུས་པ་མེད་པར་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རྣམ་  
 ཤེས་སྒྲ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཚུད་པ་འདི་རྣམས་སེལ་བར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་ཤེས་  
 བདེན་པ་མེད་པར་སྒྲུབ་པ་ལ་ལུང་གི་གཞོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པ་མེད་དེ།  
 གང་གི་ཕྱིར། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ནི། །འགར་ཡང་དངོས་པོ་ཡོད་ཅེས་མ་  
 བསྟན་ཏོ། །ཇི་སྐད་དུ་འཕགས་པ་ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས། སྤྱིད་པ་གསུམ་ནི་



བཏགས་པ་ཙམ། །རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་པོ་མེད། །བཏགས་པ་དངོས་པོའི་རོ་  
 བོར་ནི། །རྟོག་གི་པ་དག་རྟོག་པར་འགྱུར། །རང་བཞིན་མེད་ཅིང་རྣམ་རིག་མེད། །  
 ཀུན་གཞི་མེད་ཅིང་དངོས་མེད་ན། །བྱིས་པ་རན་པ་རྟོག་གི་པ། །རོ་དང་འདྲ་བས་  
 འདི་དག་བཏགས། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །འདིར་སྒྲིམ་པ། རྣལ་འབྱོར་པ་  
 ཡིས་སྒྲ་མའི་མན་ངག་ལས། །ཀེར་རུས་ཀྱིས་གང་ས་གཞི་མཐོང་བ་གང་། །གལ་  
 ཏེ་ཡུལ་མེད་པར་ཤེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིས་སྒྲ་མའི་མན་ངག་  
 ལ་བརྟེན་ནས་མི་སྡུག་པ་བསྒྲུལ་པ་ན། ས་གཞི་ཀེར་རུས་ཀྱི་གང་བར་མཐོང་བ་དེ་  
 རི་ལྟར་ཞེ་ན། དེར་ཡང་གསུམ་ཆར་སྒྲེ་བ་མེད་པར་མཐོང་། །ལོག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་  
 པར་བསྟན་བྱིར་རོ། །རྣལ་འབྱོར་པས་ས་གཞི་ཀེར་རུས་ཀྱིས་གང་བ་མཐོང་བ་དེར་  
 ཡང་ཡུལ་དང་དབང་པོ་དང་རྣམ་ཤེས་གསུམ་ཆར་སྒྲེ་བ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཏིང་ངེ་  
 འཛིན་དེ་ནི་དེ་མོ་ནི་ཉིད་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། ལོག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་  
 པར་ལུང་ལས་བསྟན་པའི་བྱིར་རོ། །འདི་ནི་གདོན་མི་ཟ་བར་དེ་ལྟར་འདོད་པར་  
 བྱ་དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་ན། བྱེད་ཀྱི་དབང་སྒྲོའི་ཡུལ་རྣམས་རི་ལྟ་བར། །དེ་ལྟར་  
 མི་སྡུག་ཡིད་ཀྱི་ཡང་འགྱུར་ན། །དེ་བཞིན་ཡུལ་དེར་སྒྲོ་གཏད་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས། །  
 རྟོགས་འགྱུར་དེ་ནི་བརྟུན་པ་ཡང་མི་འགྱུར། །དབང་པོའི་ཤེས་པའི་ཡུལ་རྣམས་རི་ལྟ་  
 བ་དེ་ལྟར་ཀེར་རུས་ལ་སོགས་པ་མི་སྡུག་པ་སྒྲུལ་པའི་ཡིད་ཀྱི་ཡུལ་ཡང་ལོག་པ་  
 མ་ཡིན་པར་ཡང་དག་པར་གྲུབ་པར་འགྱུར་ན། ཡུལ་རུང་བ་གཅིག་ན་གནས་པའི་  
 དབང་ཤེས་ཀྱིས་ཡུལ་རྣམས་ནི་རི་ལྟར་གཅིག་གིས་མཐོང་བ་ལྟར་གཞན་གྱིས་

ཀྱང་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་དུ་རྣལ་འབྱོར་པས་ཀའ་རུས་སོགས་མཐོང་བའི་ཡུལ་དེར་  
 ཀའ་རུས་སོགས་ལྷ་བར་འདོད་པས་སློ་གཏད་ན་ཅིག་གོས་རྣལ་འབྱོར་པ་མ་ཡིན་  
 པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ནི་ཡུལ་དེར་རི་ལྷོར་སྒྲུང་བ་ལྷོར་ཡང་  
 དག་པར་གྱུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་རྒྱན་པ། ཡང་དག་པ་མ་  
 ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པར་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ། རབ་རིབ་དང་ལྷན་  
 དབང་པོ་ཅན་མཚུངས་པ། །རྒྱ་འབབ་གྲུང་ལ་ཡི་དྲགས་རྣག་སློ་ཡང་། །རབ་རིབ་  
 དང་ལྷན་པའི་དབང་པོ་ཅན་ལ་རི་སྐད་བཤད་པ་དང་མཚུངས་པར་རྒྱ་འབབ་པའི་  
 རྒྱ་གྲུང་ལ་ཡི་དྲགས་རྣམས་རྣག་ཏུ་སྒྲུང་བ་ལ་སོགས་པའི་སློ་ཡང་རིག་པར་བྱའོ། །  
 ཤེས་བྱ་མེད་པའི་ཤེས་པ་མེད་པར་བསྟན་པའི་དོན་བསྟུ་བར་བཞེད་ནས། མདོར་  
 ན་དེ་ལྷོར་ཤེས་བྱ་མེད་དེ་བཞིན། །སློ་ཡང་མེད་ཅེས་དོན་འདི་ཤེས་པར་གྱིས། །རི་  
 སྐད་དུ་བཤད་པའི་རྒྱལ་དེ་ལྷོར་ན། ཤེས་བྱ་རང་བཞིན་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་དེའི་རྣམ་  
 པ་ཅན་གྱི་སློ་ཡང་རང་བཞིན་མེད་ཅེས་བྱ་བའི་དོན་འདི་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །

གཉིས་པ་གཉིས་མེད་གཞན་དབང་རྣམས་གྱུབ་ངོ་བོ་དགག་པ་ལ། ཤེས་  
 བྱེད་མིན་པས་ཤེས་བྱ་མིན། ཀྱན་རྫོབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་དགག་པའོ། །དང་བོ་ནི།  
 གལ་ཏེ་གཟུང་མེད་འཛིན་པ་གཉིས་བྲལ་བའི། །གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་གཞན་  
 དབང་དངོས་ཡོད་ན། །འདི་ཡི་ཡོད་ཉིད་གང་གིས་ཤེས་པར་འགྱུར། །མ་གཟུང་  
 བར་ཡང་ཡོད་ཅེས་བྱར་མི་རུང་། །གལ་ཏེ་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་གཉིས་ཀྱིས་  
 སྟོང་པའི་གཞན་གྱི་དབང་གི་དངོས་པོ་བདེན་པར་ཡོད་ན། །འདི་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་

ཡུལ་ཅན་གང་གིས་ཤེས་པར་འགྱུར། ཡུལ་ཅན་འགའ་ཞིག་གིས་མ་གཟུང་བར་  
 ཡང་ཡོད་ཅེས་བྱ་བར་མི་རུང་སྟེ། ཉ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལ་རེ་  
 ཞིག་འདི་རང་ལས་དོན་གཞན་པའི་ཤེས་པས་འཛིན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་པ་ཐམས་  
 ཅད་གཟུང་འཛིན་དང་བྲལ་བར་ཁས་སྒྲུངས་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་གྱིས་དེ་སྟོང་  
 བར་གྲུབ་མ་ཡིན། །རང་ཉིད་རང་ལ་བྱེད་པ་འགལ་བའི་བྱིར་ཏེ། འདི་ལྟར། རལ་  
 གྱིའི་སོས་རང་མི་གཅོད་པ་དང་། སོར་སོས་རང་ལ་མི་རིག་པ་དང་། མེས་རང་མི་  
 གྲིག་པ་དང་། མིག་གིས་རང་ལ་མི་ལྟ་བ་བཞིན་ནོ། །འདིར་རང་རིག་པ་སྒྲུབ་པའི་  
 བྱིར་སྒྲུབ་བྱེད་སྒྲུས་པ། གལ་ཏེ་བྱིས་དུས་དྲན་ལས་འགྲུབ་ཅེ་ན། །འི་ལྟར་མར་མེ་  
 བི་སྒྲུས་པ་ཉིད་ནས་རང་གི་བདག་ཉིད་དང་བུམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་གཉིས་ཀ་  
 ཅིག་ཅར་དུ་གསལ་བར་བྱེད་པ། དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱང་རང་གི་བདག་  
 ཉིད་དང་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་རྣམས་ཅིག་ཅར་དུ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དེའི་བྱིར་རང་རིག་པ་ནི་འདོད་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་དུས་བྱིས་ངས་  
 གཟུགས་མཐོང་ངོ་སྟུམ་དུ། གཟུགས་ཉམས་སུ་སྟོང་བའི་ཤེས་པ་དྲན་པ་སྒྲེ་བར་  
 མི་འགྱུར་ཏེ། དྲན་པ་ནི་སྟོང་བའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། གཟུགས་སྟོང་བའི་  
 ཤེས་པ་ལ་སྟོང་བྱེད་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་རང་རིག་པ་མེད་པའི་བྱིར་དང་།  
 ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་སྟོང་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་པོར་སྒྲུང་བའི་ཤེས་  
 པ་དེ་ཤེས་པ་རང་ལས་བྱིས་བྱུང་བ་གཞན་གྱིས་ཉམས་སུ་སྟོང་ན། དེའང་དེ་ལས་  
 གཞན་གྱིས་སྟོང་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོང་བྱེད་བྱག་པ་མེད་པར་བརྒྱུད་དགོས་པར་



ཐལ་བར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར། རུས་ཕྱིས་ངས་གཟུགས་མཐོང་ངོ་སྟུམ་  
 རུ་གཟུགས་སྟོང་བ་དྲན་པ་ལས་ཤེས་པ་སྟོང་བྱེད་ཡོད་པར་གྱུ་བ་ལ། དེའང་གཞན་  
 ཕྱིས་སྟོང་བ་མི་འབྲད་པའི་ཕྱིར་རང་རིག་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། རང་རིག་པ་ལས་  
 གཞན་དབང་ཡོད་པར་གྱུ་བ་བོ་ཞེ་ན། དེའང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། མ་  
 གྱུ་བ་བསྐྱུ་བ་པར་བྱ་བྱིར་བརྗོད་པ་ཡིས། །མ་གྱུ་བ་འདི་ནི་སྐྱུ་བ་པར་བྱེད་པ་མིན། །  
 དེ་ལ་རེ་ཞིག་རང་རིག་པའི་རྩ་ས་དོན་དམ་པར་གྱུ་བ་པའི་དབང་རུ་བྱས་ནས་དྲན་  
 པ་སྐྱུ་བ་བྱེད་རུ་སྒྲིན། དོན་དམ་པར་མ་གྱུ་བ་པའི་རང་རིག་པ་བསྐྱུ་བ་པའི་ཕྱིར་རུ།  
 བརྗོད་པའི་དྲན་པ་འདི་ནི་དེའི་སྐྱུ་བ་བྱེད་མིན་ཏེ། རང་རིག་ལྟར་དེའང་དོན་དམ་  
 པར་མ་གྱུ་བ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བདག་དང་གཞན་སོགས་ལས་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཅི་སྟེ་ཐ་སྟོད་རུ་རང་རིག་པ་སྐྱུ་བ་པའི་དབང་རུ་བྱས་ནས་དེ་སྐད་སྒྲིན། དྲན་པ་  
 ཅུམ་ཞིག་སྐྱུ་བ་བྱེད་རུ་སྒྲིའམ། འོན་ཏེ་རང་རིག་པའི་རྒྱ་ཅན་གྱི་དྲན་པ་སྒྲི། དང་བོ་  
 ལྟར་ན། མེ་ཅུམ་ལས་མེ་ཤེལ། རྩ་ཅུམ་ལས་རྩ་ཤེལ་དཔོག་པ་ལྟར། མ་ངེས་པ་  
 ཡིན་ཏེ། རང་རིག་པ་མེད་པར་ཡང་དྲན་པ་འབྱུང་བར་འོག་ནས་སྐྱུ་བ་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གཉིས་པ་ལྟར་ན། ཐ་སྟོད་རུ་ཤེས་པ་རང་རིག་པ་གྱུ་བ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་པས་  
 དོན་ཏོགས་པར་འཇིག་རྟེན་ན་ཐ་སྟོད་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཐ་སྟོད་རུ་མ་  
 གྱུ་བ་པའི་རང་རིགས་པ་བསྐྱུ་བ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རུ་བརྗོད་པའི་རང་རིག་པའི་རྒྱ་  
 ཅན་གྱི་དྲན་པ་འདི་ནི་རང་རིག་སྐྱུ་བ་བྱེད་མ་ཡིན་ཏེ། རང་རིག་ལྟར་རུ་མ་གྱུ་བ་  
 པའི་ཕྱིར། མིག་གི་གཟུང་བྱས་སྐྱ་མི་རྟག་པ་སྐྱུ་བ་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་དེ་ལྟ་

བུའི་དབྱེད་པ་བཏང་ནས་རང་རིག་ཁས་སྒྲངས་ཀྱང་དགག་པའི་ཕྱིར་སྒྲིམ་པ། རང་  
 རིག་པ་ནི་འགྲུབ་ལ་རག་མོད་ཀྱི། །དེ་ལྟར་དྲན་པའི་དྲན་པར་རིགས་མིན་ཏེ། །  
 གཞན་ཕྱིར་མ་ཤེས་རྒྱད་ལ་སྒྲིམ་པ་བཞིན། །ཅི་སྟེ་ཤེས་པས་ཡུལ་དང་རང་གི་བདག་  
 ཉིད་གཉིས་ཀ་སྟོང་པའི་ཕྱིར་རང་རིག་པ་གྲུབ་ཏུ་ཆུག་མོད། །དེ་ལྟར་ནའང་དུས་  
 ཕྱིས་ཀྱི་དྲན་པས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཤེས་པའི་སྟོང་བ་དྲན་པར་རིགས་པ་མིན་ཏེ། །སྒྲུབ་ཀྱི་  
 སྟོང་བ་དང་ཕྱིས་ཀྱི་དྲན་པ་རྫས་གཞན་དུ་ཁས་སྒྲངས་པའི་ཕྱིར། །དཔེར་ན་བྱམས་  
 པའི་རྒྱད་ཀྱི་དྲན་པས། རང་གིས་མ་ཤེས་པའི་ཉེར་སྒྲིམ་ཀྱི་རྒྱད་ལ་སྒྲིམ་པའི་རང་  
 རིག་དང་ཡུལ་སྟོང་བ་སོགས་མི་དྲན་པ་བཞིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྟོང་བ་དང་ཕྱིས་  
 ཀྱི་དྲན་པ་ནི་རྒྱད་གཅིག་ཏུ་གཏོགས་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཞན་ཡིན་ཡང་དྲན་ནོ་ཞེས། གཏན་ཆོགས་འདིས་ནི་བྱད་པར་  
 རྣམས་ཀྱང་འཛོམས། །གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་གཏན་ཆོགས་འདི་ཉིད་  
 ཀྱིས་ནི་བཤད་མ་ཐག་པའི་རྟགས་ཀྱི་བྱད་པར་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པར་བྱེད་དེ།  
 འདི་ལྟར། སྒྲུབ་ཀྱི་སྟོང་བ་དང་ཕྱིས་ཀྱི་དྲན་པ་ནི་རྒྱད་གཅིག་ཏུ་གཏོགས་པ་དང་།  
 རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་འང་མ་ཡིན་ཏེ། རྫས་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱད་ཐ་  
 དད་པའི་སྟོང་བ་དང་དྲན་པ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་རྒྱ་ཆེར་དགག་པར་  
 བྱའོ། །བྱེད་ཀྱི་ལྟར་ན་དྲན་པ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་ཞེས། གང་ཕྱིར་གང་གིས་ཡུལ་སྟོང་  
 གྲུབ་དེ་ལས། །བདག་ལ་དྲན་པ་གཞན་ཡོད་མ་ཡིན་པ། །དེ་ཕྱིར་བདག་གིས་  
 མཐོང་སྒྲུལ་དྲན་འགྱུར་ཏེ། །འདི་ཡང་འཇིག་རྟེན་ཐ་སྙད་ཚུལ་ལུགས་ཡིན། །སྒྲུབ་

གང་གིས་ཡུལ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བར་གྱུར་པ་དེ་ལས་ཕྱིས་ཀྱི་དྲན་པ་དོན་གཞན་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ་སྤར་གྱི་སྤྱོད་བ་ཞིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གི་ཕྱིར་དོན་གཞན་མ་ཡིན་པ་  
 དེའི་ཕྱིར་གང་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་དེ་དྲན་པས་མ་སྤྱོད་བ་མ་ཡིན་ལ། སྤྱོད་བས་ཡོངས་  
 སུ་བཅད་པ་དེ་དྲན་པས་ཡོངས་སུ་མ་བཅད་པའང་མ་ཡིན་པས་བདག་གིས་མཐོང་  
 སྟམ་དུ་དྲན་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་གཞན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དྲན་ན། ལྷས་བྱིན་  
 གྱི་སྤར་གྱི་སྤྱོད་བ་མཆོད་སྦྱོན་གྱི་ད་ལྟར་གྱི་དྲན་པས་དྲན་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། དེའི་  
 ཕྱིར། འདིའང་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཚུལ་ལུགས་ཙམ་ཡིན་གྱི་གིན་ཏུ་དབྱེད་པར་  
 བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་རྣམས་ནི་རྩུན་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་དུའང་རྒྱད་ཐ་དད་པའི་སྤྱོད་བ་དང་དྲན་  
 པ་ནི། གཞན་མ་ཡིན་པར་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་མེད་གྱི། རང་གི་སྤར་གྱི་སྤྱོད་བ་དང་།  
 ཕྱིས་ཀྱི་དྲན་པ་གཞན་དུ་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་མེད་དེ། ངས་སྤར་འདི་ལྟ་བུ་སྤྱོད་ངོ་ཞེས་  
 ཐ་སྙད་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་གཞན་མ་ཡིན་པར་མཚུངས་པ་ལ་རང་གིས་སྤར་  
 སྤྱོད་བ་ལ་ངས་སྤྱོད་ངོ་ཞེས་ཐ་སྙད་བྱེད་ལ། གཞན་གྱི་སྤྱོད་བ་ལ་དེ་ལྟར་ཐ་སྙད་མི་  
 བྱེད་པ་ཅི་ཞེ་ན། འདི་ནི་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་བརྒྱལ་ཞིང་བརྟག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་གྱི། དེ་  
 རྟེན་སྤར་བའི་འཇིག་རྟེན་པ་ཉིད་ལ་བརྒྱལ་ཞིང་བརྟག་པར་གྱིས་གིག། གཞན་ཡང་  
 དབུ་མ་པ་ནི་དྲན་པ་རྩལ་ཡོད་འགའ་ཞིག་སྐྱབ་པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་  
 གུང་ཀུན་རྗེ་བ་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཕྱིར་དྲན་པ་མི་འཐད་པ་རྒྱལ་བ་འབའ་ཞིག་  
 བརྒྱུག་པ་ཙམ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་སྤྱོད་བ་དང་དྲན་པ་ཡུལ་གཞན་ཡིན་ན་རྒྱུད་



ཐ་དད་པའི་ཤེས་པ་བཞིན་དུ་དྲན་པ་མི་འབྲད་པར་འགྱུར་ན། ཡུལ་གཞན་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་དྲན་པ་མི་འབྲད་པ་མེད་དོ་ཞེས་སྒྲིན་པ་ཡིན་ནོ། །གང་དག་སྤྱོད་བ་དང་  
 དྲན་པ་གཉིས་ཀ་རྩ་ས་སུ་གྲུབ་པ་དག་གི་ལུགས་ལ་དེ་དག་རྩ་ས་གཞན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། སྤྲུལ་སྤྱོད་བ་ཕྱི་མས་དྲན་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་ཐ་དད་པའི་  
 ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། །རྒྱུད་གཅིག་པ་དང་རྒྱུད་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོར་ཡང་འགྲུབ་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ་རྒྱུད་ཐ་དད་པའི་ཤེས་པ་བཞིན་དུ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་  
 དག་གི་ལུགས་ལ་དྲན་པ་འབྲད་པ་མ་ཡིན་པས་ཀྱན་རྩོབ་རྣམ་པར་འཛིག་པར་  
 འགྱུར་ལ། དབུ་མ་པ་ལ་སྤྱོད་བ་དང་དྲན་པ་གཞན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་རྒྱུད་  
 ཐ་མི་དད་པ་དང་། རྒྱུད་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་སོགས་སུ་མི་འབྲད་པ་ཅུང་ཟད་  
 ཀྱང་མེད་དོ། །དེ་ཕྱིར་རང་རིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། བྱོད་ཀྱི་གཞན་དབང་གང་  
 གིས་འཛིན་པར་འགྱུར། བྱེད་པོ་ལས་དང་བྱ་བ་གཅིག་མིན་པས། དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
 དེ་འཛིན་པར་རིགས་མ་ཡིན། །གང་གི་ཕྱིར་གོང་དུ་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་དག་  
 གི་ཕྱིར་རང་རིག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་མི་འཛིན་ན།  
 བྱོད་ཀྱི་གཞན་དབང་ཡུལ་ཅན་གང་གིས་འཛིན་པར་འགྱུར། གཞན་ཡང་ཤེས་པ་  
 དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་འཛིན་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་  
 དང་བྱ་བ་རྣམས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ན་དེ་འང་རིགས་པ་མིན་ཏེ། འདི་ལྟར་གིང་དང་།  
 གཙོད་པ་པོ་དང་། གཙོད་པའི་བྱ་བ་དག་གཅིག་པ་ཉིད་མ་མཐོང་ངོ་། །འཕགས་  
 པ་ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས་ཀྱང་། ཇི་ལྟར་རལ་གྱི་རང་གི་སོ། །གཙོད་པར་མི་

བྱེད་སོར་མོ་ནི། །རང་ལ་རིག་པར་མི་བྱེད་ལྟར། །རང་རིག་སེམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་  
 རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ནི་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་སྒྲིབ་པ་ལ་ན་  
 ཅང་ཐལ་བ་བསྟན་པའི་བྱིར་སྒྲིམ་པ། གལ་ཏེ་སྒྲིབ་པ་མེད་ཅིང་མ་ཤེས་པའི། །  
 བདག་ཅན་གཞན་དབང་ངོ་བོའི་དངོས་ཡོད་ན། །གང་གིས་ན་འདི་ཡོད་པར་མི་  
 འདོད་པ། །གཞན་ལ་མོ་གཤམ་བྱས་གཞོད་ཅི་ཞིག་བསྒྱུལ། །གཞན་གྱི་དབང་  
 བདག་དང་། གཞན་ལས་སྒྲིབ་པ་མེད་པ་དེ་དག་ནི་གོང་དུ་བསྒྲུབས་ཟིན་ལ། ཡུལ་  
 ཅན་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཤེས་པ་ནི་བསྟན་མ་ཐག་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་སྒྲིབ་པ་མེད་  
 ཅིང་གང་གིས་མི་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་སྒྲིམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་  
 གཞན་དབང་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་ན། རྒྱ་མཚན་གང་གིས་ན་གཞན་གྱི་དབང་དང་  
 མཚུངས་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་དུ་ཟིན་ཀྱང་། འདི་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་མི་འདོད་པ། བྱེད་  
 ལ་མོ་གཤམ་གྱི་བྱས་གཞོད་པ་ཅི་ཞིག་བསྒྱུལ་ནས་ཡོད་པར་མི་འདོད། དེ་བས་ན་  
 མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་འཕགས་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་ཞིག་ཡོད་དོ་ཞེས་འདི་འང་འདོད་པར་གྱིས་ཤིག

གཉིས་པ་ཀུན་རྫོབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་དགག་པ་ལ། དེ་ལྟར་གཞན་གྱི་དབང་  
 བཀག་པ་ན་དེ་མི་བཟོད་པས་སྒྲིབ་ཡང་སྒྲིམ་པ། གང་ཆེ་གཞན་དབང་ཅུང་ཟད་  
 ཡོད་མིན་ན། །ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་རྒྱར་ནི་གང་ཞིག་འགྱུར། །གང་གི་ཆེ་ཆི་སྐད་  
 བཤད་པའི་རིགས་པས་གཞན་དབང་ཡོད་པ་མིན་པ་དེའི་ཆེ་གང་ཟག་དང་ཆོས་  
 ལ་སོགས་པ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་རྣམ་པར་འཛིག་པའི་རྒྱར་གང་ཞིག་འགྱུར། དེ་

བས་ན་ཀུན་རྫོབ་རྣམས་ལ་རྒྱ་ཕྱར་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་རོ་སྒྲིན་པ། གཞན་  
 གྱི་དབང་གིས་རྫོས་ལ་ཆགས་པ་ཡིས། །འཛིག་རྟེན་གྲགས་པའི་རྣམ་གཞག་ཀུན་  
 ཀྱང་བརྟུག །གཞན་གྱི་དབང་གིས་རྫོས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་གཤམ་པ་ཉིད་ཀུན་  
 རས་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུར་མཛོན་པར་ཞེན་  
 ཅིང་ཆགས་པ་ཡིས་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྒྲི་བོ་གནག་རྫིའི་བར་ལ་གྲགས་པའི་རྒྱ་དང་  
 རྟེན་ཀུན་རྫོབ་པ་རྣམས་སྤངས་པས། །འཛིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པའི་རྣམ་གཞག་འདུག་  
 ཅིག མོང་ཞིག བྱོས་ཤིག ཅེས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། གཟུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ཀུན་ཀྱང་བརྟུག་ཅིང་འཛིག་པར་རྟོགས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་འདི་ལ་རྒྱུད་པ་  
 ཉིད་འབའ་ཞིག་སྤྱད་པར་འགྱུར་གྱི། མཛོན་པར་མཐོ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་  
 ར་འཕགས་པ་སྒྲ་སྒྲུབ་ཀྱི་ལུགས་ཀྱི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལ་གུས་པར་  
 མི་བྱེད་པར་རྣམ་རིག་དང་། རུལ་ཕྱན་དང་། གཙོ་བོ་སོགས་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་རྣམས་  
 བེ་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་གཉིས་ཀ་ལས་ཉམས་པ་ཡིན་ལ། བདེན་  
 པ་གཉིས་ལས་ཉམས་པ་ལས་ཐར་པ་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར་  
 སྒྲས་པ། སྒྲོབ་དཔོན་སྒྲ་སྒྲུབ་ཞབས་ཀྱི་ལམ་ལས་ནི། །ཕྱི་རོལ་གྱུར་ལ་ཞི་བའི་  
 ཐབས་མེད་དོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། དེ་དག་ཀུན་རྫོབ་དེ་ཉིད་བདེན་ལས་ཉམས། །  
 དེ་ལས་ཉམས་ལ་ཐར་པ་འགྱུར་ཡོད་མིན། །འཕགས་པ་སྒྲ་སྒྲུབ་ཀྱི་གཞུང་གི་རྗེས་  
 སུ་མི་འབྱུང་བའི་རང་གཞན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་སྒྲུབ་དེ་དག་ནི། ཀུན་རྫོབ་དང་། དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་གཉིས་ཀ་ལས་ཉམས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་



རི་ལྷར་ཀུན་བརྟགས་པའི་གཞན་དབང་དང་། རྩལ་ཕྱན་དང་། གཙུ་བོ་ལ་སོགས་  
 པ་རྣམས་ནི་དོན་དམ་པར་གྱུ་བ་པ་ལྷ་ཞོག་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་དུའང་མ་གྱུ་བ་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའང་འདི་ལྷར་དངོས་པོར་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་ནི་རིགས་པས་རྣམ་པར་  
 དབྱུང་ནས་རང་གི་ལུགས་རྣམ་པར་འཛིག་པར་བྱེད་ལ། འཛིག་རྟེན་པ་རྣམས་ནི་  
 འཐད་པ་མ་བཅུག་པ་ཁོ་ནར་ཐ་སྙད་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཅིའི་  
 ཕྱིར་བདེན་པ་གཉིས་ལས་ཉམས་པས་ཐར་པ་མི་འགྱུ་བ་ཅེ་ན། ཐ་སྙད་བདེན་པ་  
 ཐབས་སུ་གྱུར་པ་དང་། །དོན་དམ་བདེན་པ་ཐབས་བྱུང་གྱུར་པ་སྟེ། །དེ་གཉིས་  
 རྣམ་དབྱེ་གང་གིས་མི་ཤེས་པ། །དེ་ནི་རྣམ་རྟོག་ལོག་པས་ལམ་ངན་ཞུགས། །འདིར་  
 ཐ་སྙད་གྱི་བདེན་པ་གྱུ་བ་པས་བསྟན་པ་ནི། དོན་དམ་རྟོགས་པའི་ཐབས་སུ་གྱུར་  
 པ་ཡིན་ལ། དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་བསྟན་པ་ནི། ཐབས་ལས་བྱུང་བ་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ།  
 ཐ་སྙད་གྱི་བདེན་པ་ཁོ་ན་ལ་གནས་ནས་དོན་དམ་པ་སྟོན་ལ། དོན་དམ་པ་ཁོང་དུ་  
 རྒྱུད་པ་ལས་ཀྱང་ཐར་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་།  
 ཐ་སྙད་ལ་ནི་མ་བརྟེན་པར། །དམ་པའི་དོན་ནི་རྟོགས་མི་འགྱུར། །དམ་པའི་དོན་  
 ནི་མ་རྟོགས་པར། །མྱ་ངན་འདས་པ་ཐོབ་མི་འགྱུར། །ཅེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་བས་ན་རྣམ་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་བདེན་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་ཕྱིན་ཅི་  
 མ་ལོག་པ་གང་གིས་མི་ཤེས་པ་དེ་དག་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དུ་གྱུར་  
 པས་ལམ་ངན་པར་ཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་དགེས་པའི་ལམ་གཉིས་ལས་  
 གོ་ལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །བདེན་པ་གཉིས་པོ་འདི་སངས་རྒྱས་དགེས་པའི་ལམ་ཡིན་

བར་ཇི་ལྟར་གཤེགས་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་  
 རྒྱས་ནས་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ཉམས་སུ་བསྟར་བའི་ལམ་ལ་གཞུགས་པར་  
 བཞེད་དེ། བདེན་པ་གཉིས་པོ་འདི་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོན་ས་ཆོས་སྒྲོན་པར་མཛོན་པའི་ཕྱིར་དྲི་  
 ཇི་སྒྲུང་དུ། འཇགས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ངེས་པར་བསྟན་པའི་ཉིང་ངེ་འཛོན་ལས། འཇིག་  
 ཉེན་མཁྱེན་པས་གཞན་ལས་མ་གསལ་པར། །བདེན་པ་འདི་གཉིས་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲོན་  
 བར་མཛོན། །གང་ཞིག་ཀུན་རྫོབ་དེ་བཞིན་དོན་དམ་སྟེ། །བདེན་པ་གསུམ་པ་  
 གང་ཡང་མ་མཆིས་སོ། །གང་གིས་བདེ་བར་གཤེགས་ལ་འགྲོ་བ་རྣམས། །བདེ་  
 བའི་དོན་དུ་དད་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །རྒྱལ་བས་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་དོན་སྒྲུང་དུ། །  
 འཇིག་ཉེན་ཕན་ཕྱིར་ཀུན་རྫོབ་དེ་བསྟན་དོ། །སེམས་ཅན་ཆོག་གས་ཀྱི་འགྲོ་དུག་གང་  
 བསྟན་པ། །སེམས་ཅན་དཔྱལ་དང་དུད་འགྲོ་ཡི་དུགས་དང་། །ལྷ་མིན་རིས་དང་  
 མི་དང་ལྷ་ཡི་རྣམས། །མི་ཡི་སང་གས་ཀུན་རྫོབ་བཏགས་པ་མཛོན། །རིགས་  
 དམའ་དེ་བཞིན་མཐོ་བའི་རིགས་རྣམས་དང་། །ཐུག་པོའི་བྱིམ་དང་དབུལ་པོའི་  
 བྱིམ་རྣམས་དང་། །བྲན་གྱི་ཆོག་གས་དང་དེ་བཞིན་གཡོག་གི་ཆོག་གས། །བུད་མེད་  
 ཆོག་གས་དང་སྐྱེས་པ་མ་ནིང་ཆོག་གས། །འགྲོ་བའི་བྱུང་པར་ཇི་སྟེད་གང་ཡང་རུང་། །  
 མཚུངས་མེད་བྱོད་ཀྱིས་འཇིག་ཉེན་བསྟན་མཛོན་པ། །ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་མཁས་  
 པས་བྱགས་ཚུད་ནས། །འཇིག་ཉེན་མཁྱེན་པས་མི་ལ་དེ་བསྟན་དོ། །འདི་ལ་དགའ་  
 བའི་འགྲོ་བ་ལེོར་བ་ན། །འགྲོ་བ་ཆོས་བརྒྱད་ལ་ནི་འདུག་འགྱུར་དྲི། །ཐོབ་དང་  
 མ་ཐོབ་སྟན་དང་མི་སྟན་དང་། །བསྟོད་དང་སྦྲད་དང་བདེ་དང་སྐྱག་བསྐྱལ་ལོ། །

ཐོབ་པ་རྟོག་ན་དེ་ལ་ཆགས་པ་སྟེ། །མ་ཐོབ་ཀྱང་ན་དེས་ཀྱང་འབྲུག་པར་འགྱུར། །  
 གང་གཞན་མ་བསྟན་ཚུལ་འདིས་ཤེས་པར་བྱ། །ནད་རྣམས་བརྒྱད་ཀྱིས་དེ་རྒྱན་  
 གཙོད་པར་འགྱུར། །ཀུན་རྫོབ་དེ་ལ་དོན་དམ་དུ་སྒྲིབ། །དེ་དག་ནོར་བའི་སྒོ་ལྟ་  
 ཤེས་པར་བྱ། །མི་སྤྲུག་སྤྲུག་དང་སྤྲུག་བསྐྱལ་བ་དེ་བ་དང་། །བདག་མེད་རང་  
 བཞིན་བདག་དུ་སྒྲིབ་བ་དང་། །མི་རྟག་ཆོས་ལ་རྟག་ཅེས་སྒྲིབ་བཞིན་ཅིང་། །དེ་ལྟར་  
 དགའ་སྟེ་མཆོན་མར་གང་གནས་པ། །དེ་དག་བདེ་གསེགས་གསུང་ནི་ཐོས་ཀྱང་  
 བས། །འཇིགས་ཤིང་ཇི་བཞིན་མི་རྟག་སྟོང་བར་བཞིན། །དེ་དག་བདེ་གསེགས་  
 གསུང་ནི་སྤངས་ཀྱང་བས། །སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་སྤྲུག་བསྐྱལ་མི་བཟང་སྟོང་། །  
 དེ་དག་ཚུལ་མིན་བདེ་བ་ཆོལ་བཞིན་ཀྱང་། །སྤྲུག་བསྐྱལ་བརྒྱད་ཀྱིས་པས་སྟོང་  
 བར་འགྱུར། །འཇིག་རྟོན་པན་པའི་བསྟན་པ་སུ་ཞིག་གིས། །མ་རྟོགས་སྒོ་ཡིའང་  
 རྣམ་པར་རྟོག་ཀྱང་ན། །སྒྲུལ་གྱི་ལྷགས་པ་རྟོང་ལྟར་རབ་སྤངས་ཏེ། །སྤྲིད་པ་ཀུན་  
 ལས་འདས་ནས་ཞི་བར་འགྱུར། །ཆོས་འདི་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་དབེན་པ་སྟེ། །  
 སྟོང་པ་མཆོན་མ་མེད་པ་དོན་དམ་ཞེས། །གང་གིས་ཐོས་ནས་དགའ་བ་སྟེ་འགྱུར་  
 བ། །དེ་དག་སྒྲིབ་མེད་བྱང་རྒྱལ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །རྒྱལ་བ་ཁྱོད་ཀྱིས་ལུང་པོ་དབེན་  
 པར་གཟིགས། །འམས་དང་སྟེ་མཆོད་རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཏེ། །དབང་པོའི་གྲོང་  
 ནི་མཆོན་མས་དབེན་པ་དག །ཀུན་ཀྱང་བྱལ་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་བཞིན་གཟིགས། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

མདོ་འདིའི་བསྟུས་པའི་དོན་ནི་གཉིས་ཀྱིས་རིག་པར་བྱ་སྟེ། །འདི་ལྟར་



བདེན་གཉིས་སྒྱུར་བསྟན་པ་དང་། མོ་མའི་རོ་བོ་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
 འཛིག་རྟེན་མཁྱེད་པས་ཞེས་སོགས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་གོ། །གཉིས་པ་ལའང་།  
 ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། ཀུན་རྫོབ་བསྟན་པའི་དགོས་པ་  
 དང་། བསྟན་བྱ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་། དེ་ལ་ཆགས་པའི་ཉེས་དམིགས་  
 དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། གང་གིས་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཞེས་སོགས་ཆོགས་  
 སུ་བཅད་པ་གཅིག་གོ། །གཉིས་པ་ལའང་། གང་བསྟན་པ་དང་། རྒྱ་གང་ལས་  
 བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། སེམས་ཅན་ཆོགས་ཀྱི་ཞེས་སོགས་ནས། མཆོངས་མེད་  
 བྱེད་ཀྱིས་ཞེས་པའི་བར་རོ། །གཉིས་པ་ནི། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་མཁས་པས་བྱགས་  
 རྒྱུད་ནས་ཞེས་པའི་རྒྱུད་པ་གཉིས་སོ། །ཀུན་རྫོབ་ལ་ཆགས་པའི་ཉེས་དམིགས་ལའང་།  
 འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆོས་ལ་འཇུག་པའི་ཉེས་དམིགས་། འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་  
 ཆོས་སྤོང་བའི་ཉེས་དམིགས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། འདི་ལ་དགའ་བའི་ཞེས་པ་  
 ནས། བད་རྣམས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཞེས་པའི་བར་རོ། །གཉིས་པ་ནི། ཀུན་རྫོབ་དེ་ལ་ཞེས་  
 པ་ནས། སྒྲུག་བསྐྱེལ་བརྒྱུད་གཅིག་པའི་བར་རོ། །གཉིས་པ་དོན་དམ་པའི་བདེན་  
 པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལའང་། དོན་དམ་བསྟན་པའི་དགོས་པ་དང་། བསྟན་བྱ་  
 དོན་དམ་གྱི་རང་བཞིན་དང་། དེ་ལ་དད་པའི་ཕན་ཡོན། གང་ལ་བརྟེན་ནས་  
 བསྟན་པའི་རྒྱུའོ། །དང་པོ་ནི། འཛིག་རྟེན་ཕན་པའི་ཞེས་པ་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་  
 གཅིག་གོ། །གཉིས་པ་ནི། ཆོས་འདི་གམས་ཅད་ཅེས་པ་རྒྱུད་པ་གཉིས་སོ། །གསུམ་  
 པ་ནི། གང་གིས་ཐོས་ནས་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་གཉིས་སོ། །བཞི་པ་ནི། རྒྱལ་བ་བྱེད་

གྱིས་ཞེས་སོགས་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་རྣམས་ཡིན་ནོ། །འདིར་སྒྲུས་པ། གལ་  
ཏེ་ཁྱོད་གྱིས་དེ་སྐད་དུ་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་གིན་ཏུ་ལྷོས་པ་མེད་པར་སྒྲིན་ད་ནི་ཁོ་བོ་ཅག་  
ཀྱང་ཁྱོད་ལ་བཟོད་པར་མི་བྱེད་དེ། གལ་ཏེ་བདག་ཉིད་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་སུན་  
འབྱེན་པ་ཅུམ་ལ་མཁས་པར་མངོན་པར་བྱེད་ཅིང་། འཐད་པས་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་  
གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་སེལ་བར་བྱེད་ན། ད་ནི་བདག་ལས་མི་སྒྲེ་བ་ལ་སོགས་  
པ་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་འཐད་པས་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་ཁྱོད་ལ་གྲགས་པའི་ཀུན་  
རྒྱུ་བ་སེལ་བར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། ཇི་ལྟར་ཁྱོད་གྱིས་གཞན་དབང་དངོས་འདོད་ལྟར། །  
ཀུན་རྒྱུ་བ་ཀྱང་ནི་བདག་གིས་ཁས་མ་སྒྲུངས། །འབྲས་ཕྱིར་འདི་དག་མེད་ཀྱང་  
ཡོད་དོ་ཞེས། །འཇིག་རྟེན་ངོར་བྱས་བདག་ནི་སྒྲིབ་པར་བྱེད། །ཇི་སྐད་བཤད་པའི་  
རིགས་པས་གཞན་དབང་བསལ་བ་ན་ཇི་ལྟར་ཁྱོད་ལ་མི་འདོད་པ་ཐོག་ཏུ་འབབ་  
པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར། ཀུན་རྒྱུ་བ་བསལ་བས་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་མི་འདོད་པར་འགྱུར་  
བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་ཁྱོད་གྱིས་རང་དབང་དུ་བྱས་ནས་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་  
སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་  
དངོས་པོར་འདོད་པ་ལྟར་དུ། དབུ་མ་པ་བདག་གིས་ཀུན་རྒྱུ་བ་ཀྱི་བདེན་པ་རང་  
དབང་དུ་བྱས་ནས་གྲུབ་པར་ཁས་མ་སྒྲུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་ཇི་ལྟར་ཀུན་རྒྱུ་བ་  
ཁས་སྒྲུང་ཞེ་ན། འཇིག་རྟེན་གཞུག་པའི་འབྲས་བུའང་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཀུན་  
རྒྱུ་བ་འདི་དག་དོན་ལ་མེད་ཀྱང་གྲགས་པའི་སྒྲིན་ནས་ཡོད་དོ་ཞེས་འཇིག་རྟེན་པའི་  
ངོར་བྱས་ནས་སྒྲིབ་པར་བྱེད་དེ། དེ་རྗེས་སུ་བརྗོད་པ་ནི་དེ་ལྟ་པའི་ཐབས་ཡིན་

པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས། འཇིག་རྟེན་ང་དང་ལྷན་  
 ཅིག་ཅུང་གི། ང་ནི་འཇིག་རྟེན་དང་ལྷན་ཅིག་མི་ཅུང་དེ། གང་འཇིག་རྟེན་ན་ཡོད་  
 པར་འདོད་པ་དེ་ནི་ངའང་ཡོད་པར་བཞེད་དོ། །གང་འཇིག་རྟེན་ན་མེད་པར་འདོད་  
 པ་དེ་ནི་ངའང་མེད་པར་བཞེད་དོ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་ཀུན་རྫོབ་འདི་  
 དག་ཇི་ལྟར་སྤང་པོ་སྤངས་ནས་ཞིར་ཞུགས་པའི། །དགྲ་བཅོམ་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་  
 མིན་དེ་ལྟར། །འཇིག་རྟེན་ལ་ཡང་མེད་ན་དེ་བཞིན་འདི། །འཇིག་རྟེན་ལས་ཀྱང་  
 ཡོད་ཅེས་བདག་མི་སྒྲུ། །ཇི་ལྟར་སྤང་པོའི་ལྷག་མ་མ་ལུས་པ་སྤངས་ནས་ཞི་བ་ཕྱ་  
 ངན་ལས་འདས་པར་ཞུགས་པའི་དགྲ་བཅོམ་པ་རྣམས་ལ་ཀུན་རྫོབ་རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་པ་མིན་པ་དེ་ལྟར་དུ་གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་ལའང་མེད་ན་ནི་དགྲ་  
 བཅོམ་པའི་སྤང་པོ་དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་རྫོབ་འདི་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་ལས་ཀྱང་  
 ཡོད་ཅེས་བདག་མི་སྒྲུ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་གཞན་གྱི་ངོ་ཁོ་ནར་བདག་གིས་ཀུན་རྫོབ་  
 ཁས་སྤངས་ཀྱི་རང་དབང་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་ཀུན་རྫོབ་འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་  
 ཁོ་ནས་ཁས་སྤངས་པ་ཡིན་ལ། གང་གིས་ཁས་སྤངས་པ་དེ་དག་ལ་དགག་པ་བརྗོད་  
 པར་རིགས་གྱི། གཞན་ལ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་པ། གལ་ཏེ་བྱོད་ལ་འཇིག་རྟེན་  
 མི་གཞོད་ན། །འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལྟོས་འདི་ནི་དགག་པར་གྱིས། བྱོད་དང་འཇིག་  
 རྟེན་འདིར་ཅུང་གིས་ཤིག་དང་། །ཕྱིས་ནས་སྟོབས་ལྷན་བདག་གིས་བསྟེན་པར་བྱ།  
 ཁོ་པོ་ཅག་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཀུན་རྫོབ་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར་ཤིན་དུ་ཆོག་ས་ཆེ་བར་  
 གནས་པར་གྱུར་གྱི་གལ་ཏེ་བྱོད་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པས་གཞོད་པར་མི་



འགྱུར་ན། འཇིག་རྟེན་པ་ཉིད་ལ་ལྷོས་ནས་འཇིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པའི་ཀུན་རྫོབ་  
 འདི་དགག་པར་གྱིས་ཤིག་དང་། ཁོ་བོས་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་སྟོངས་གདབ་པར་བྱའོ།  
 ཁྱོད་དང་འཇིག་རྟེན་ཀུན་རྫོབ་འདིར་རྩྱུང་བ་གྱིས་ཤིག་དང་། གལ་ཏེ་ཁྱེད་རྒྱལ་  
 ན་ཁོ་བོས་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་བརྟེན་ནས། ཀུན་རྫོབ་གཏན་ཁས་སྤང་བར་མི་  
 བྱའོ། གལ་ཏེ་ཁྱོད་འཇིག་རྟེན་གྱིས་ལམ་པར་བྱས་ན། དེའི་ཆེ་ཤིན་ཏུ་སྟོབས་  
 དང་ལྡན་པའི་འཇིག་རྟེན་པ་ཉིད་ལ་བདག་གིས་བརྟེན་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བརྩད་  
 པ་ནའང་འཇིག་རྟེན་བརྒྱུག་པར་རྣམས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་རྣམས་པར་དབྱུང་  
 པའི་རིགས་པས་རྒྱུག་པར་བྱེད་དམ། འོན་ཏེ་འཇིག་རྟེན་རང་ཉིད་ལ་གྲགས་པས་  
 རྒྱུག་པར་བྱེད། དང་པོ་མི་རིགས་ཏེ། །འཇིག་རྟེན་པ་དག་རྣམས་པར་དབྱུང་པའི་  
 རིགས་པ་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར་དང་། རིགས་པས་འཐད་པ་མ་བཅུག་པ་ཁོ་ནར་  
 ཐ་སྦྱད་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པའང་མི་རིགས་ཏེ། གྲགས་པ་ཆོད་མར་  
 བྱེད་ན་གྲགས་པ་འགོག་པ་མི་འཐད་ལ། ཆོད་མར་མི་བྱེད་ན་དེས་གྲགས་པ་དགག་  
 པར་ཡང་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་རེ་ཞིག་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྦྱད་ནི་དགག་  
 པར་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་དང་། འབྲས་བུ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར། ཁས་སྤང་བར་བྱ་  
 དགོས་སོ། །ཅི་སྟེ་དབུ་མ་པ་དག་མ་རིག་པའི་གཉིད་མཐུག་པོས་ནོན་པའི་འཇིག་  
 རྟེན་པ་དག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཇི་ལྟར་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་  
 ཞེ་ན། འདི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་པ་དག་ཐ་སྦྱད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་དོར་ལ་མདོན་  
 པར་ཞེན་པ་དེ་ལྟར། དབུ་མ་པ་དག་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྦྱད་ལ་མདོན་པར་ཞེན་པ་

མེད་དེ། རྣམ་པར་དབྱེད་ན་འཇིག་རྟེན་པའི་ཐ་སྙད་རྣམས་བརྟུན་པའི་དོན་ཅན་དུ་  
 ཁོང་དུ་ཁྱད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་འཇིག་རྟེན་པ་དག་ལ་ཇི་ལྟར་གྲགས་པའི་ཐ་  
 སྙད་ ཅམ་ ཞིག་འཇིག་རྟེན་གཞུག་པའི་དོན་དུ་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་ཀྱང་བྲག་  
 ཅ་བཞིན་དུ་སྒྲུ་ཅམ་ཞིག་རྗེས་སུ་སྒྲོས་པར་བཟད་ཀྱི་དོན་ལ་མདོན་པར་ཞེན་པ་ཅུང་  
 ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར་དབུ་མ་པ་དག་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་ཀྱི་འཆིང་བར་  
 བྱེད་པ་མ་ཡིན་ལ། འཁོར་བའི་ལམ་ལ་གནས་པའི་འཇིག་རྟེན་པ་དང་བྱེད་པར་  
 མེད་པའང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་འཇིག་རྟེན་པ་དག་ལ་གྲགས་པའི་གཟུགས་  
 ནས་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་བར་གྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་བྱེད་གི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་  
 མིང་གི་ཐ་སྙད་གང་ལའང་སྒྲུར་བ་མི་འདེབས་ཤིང་། མིང་གི་ཐ་སྙད་དེ་དག་གི་  
 དོན་འཇིག་རྟེན་པ་དང་། གྲུབ་མཐའ་སྒྲུབ་རྣམས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་མདོན་པར་ཞེན་  
 ཅིང་ཀུན་བརྟགས་པ་ལྟར་གྱི་མཐའ་གང་དུའང་མདོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པར་རྗེས་  
 སུ་ཐ་སྙད་འདོགས་པ་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཟབ་མོ་རྟག་ཆད་སྤངས་པ་  
 དབུ་མའི་ལམ་ལ་གནས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་ལ་གནས་པའི་རྣལ་འབྱོར་  
 པ་ལ་ཚོལ་བ་གང་གིས་བརྒྱལ་ཞིང་བརྟགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲུ་མའི་སྒྲུས་  
 བུ་བཞིན་དུ་སྒྲོགས་གང་ཡང་ཁས་སྤངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རིགས་  
 པ་དུག་ཅུ་པ་ལས། ཅོད་མེད་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན། །དེ་རྣམས་ལ་ནི་སྒྲོགས་  
 ཉིད་མེད། །གང་རྣམས་ལ་ནི་སྒྲོགས་མེད་པ། །དེ་ལ་གཞན་སྒྲོགས་ག་ལ་ཡོད། །  
 ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ཞིག་སྒྲོམ་བྱེད་གི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཇི་སྒྲུབ་བཤད་པའི་

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ལམ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ལ་  
 བཀྲལ་དུ་མེད་པར་མ་ཟད་ཀྱི། གང་དག་ཐོས་བསམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
 འབྱུང་ཟབ་མོའི་ལམ་ལ་ངེས་པ་ཐོབ་ནས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་སྟེ་བ་  
 དག་ལའང་རྟོག་གི་པ་གཞན་གྱིས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བཀྲལ་དུ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་  
 ཀྱང་རང་ལུགས་ཀྱི་ཕྱོགས་གང་ཡང་དམ་འཆའ་བར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་  
 ཀྱང་དེ་དག་ནི་ཇི་སྤྱིད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་མངོན་དུ་མ་བྱས་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་མོས་པ་ཡིད་  
 ལ་བྱེད་པའི་ཚུལ་གྱི་ཅི་ལའང་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པར་བྱས་ནས། གནས་སྐབས་  
 དང་མཐར་ཐུག་གི་སྤང་དོར་གྱི་ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་ལ་མངོན་ཞེན་ཅན་དག་དང་  
 བྱད་པར་མེད་པར་འཇུག་ལྡོག་བྱེད་དེ། ཇི་སྤྱིད་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མ་ཟད་པ་དེ་  
 སྤྱིད་དུ་རྟེན་འདི་པ་ཅམ་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ལམ་སྟེ་བ་མེད་པར་ཁོང་  
 དུ་ཆུད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ནི་ཅི་ལའང་མངོན་པར་མ་ཞེན་པའི་ཕྱིར་  
 རྟག་པའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་ལ་སྤང་དོར་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་པས་ཆད་པའི་མཐའ་  
 ལ་མི་གནས་པའི་ཕྱིར་རྟག་ཆད་སྤངས་པ་དབུ་མའི་ལམ་ལ་གནས་པ་ཡིན་མོ། །  
 གང་གི་ཆོ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་བ་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་  
 དེའི་ཆོ། ཅོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་བས་སྤང་དོར་ལ་འཇུག་པ་མེད་མོད། འོན་  
 ཀྱང་ཆད་པའི་ཉེས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པས་ལས་  
 འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཇིག་རྟེན་པའི་ཐ་སྙད་དང་། བྱུང་  
 མཐའ་སྟེ་བ་གཞན་དག་གི་ཐ་སྙད་དག་བརྒྱན་པའི་དོན་ཅན་དུ་མཆུངས་བཞིན་དུ་



ཅིའི་ཕྱིར་དབུ་མ་པ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་གྱི། གྲུབ་མཐའ་སྒྲ་  
 བ་རྣམས་གྱི་མ་ཡིན་ཞེ་ན། འཇིག་རྟེན་པའི་ཐ་སྙད་ནི་རྣམ་པར་མ་བརྟགས་པའི་  
 སྒྲིད་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པས། རིགས་པས་འཐད་པ་མ་བརྟག་པར་ཁས་སྤང་དུ་རུང་བ་  
 ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་དེ་ཁས་ལེན་པ་དང་། ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་བྲལ་བའི་དབུ་མ་  
 པའི་ཕྱོགས་འགལ་བ་མེད་ཅིང་། དེའི་སྒྲོན་མ་འཇིག་རྟེན་རྣམས་རྗེས་སུ་གཟུང་  
 བར་རྟུལ་པའང་ཡིན་ལ། གྲུབ་མཐའ་སྒྲ་བ་ཐམས་ཅད་ནི་རིགས་པའི་འཐད་པ་  
 བརྟག་ནས་རང་གི་ཕྱོགས་རྣམ་པར་འཇིག་པས། དེ་དག་གི་ཐ་སྙད་རྣམས་རིགས་  
 པའི་འཐད་པ་མ་བརྟག་པར་ཁས་སྤང་དུ་མི་རུང་ལ། རིགས་པའི་འཐད་པ་བརྟག་  
 ནས་ཕྱོགས་འགལ་ཞིག་ཁས་སྤངས་ནའང་དབུ་མ་པ་རང་གི་ཕྱོགས་ཉམས་པར་  
 འགྱུར་བས། དེའི་ཕྱིར་མོར་བའི་དོན་ཅན་དུ་མཚུངས་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་  
 ཁས་ལེན་པར་བྱེད་གྱི། གྲུབ་མཐའ་སྒྲ་བ་རྣམས་གྱིས་ཀུན་བརྟགས་པའི་ཐ་སྙད་  
 རྣམས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཇི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་རྗེས་སུ་གཟུང་བའི་ཐབས་སུ་འཇིག་  
 རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་ཁས་ལེན་པ་ལྟར་གྲུབ་མཐའ་སྒྲ་བ་གཞན་རྗེས་སུ་གཟུང་བའི་ཕྱིར་  
 གཞན་ངོར་དེ་དག་གི་ལྷགས་ཁས་ལེན་པར་ཡང་རིགས་སོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་སྒྲོ་གྲོས་  
 དམན་པ་བསྟན་པ་ལ་རིམ་གྱིས་གཞུག་པའི་ཕྱིར་རེ་ཞིག་གྲུབ་མཐའ་གོང་མ་གོང་  
 མའི་ཕྱོགས་ཁས་སྤངས་ནས་འོག་མ་འོག་མའི་ལྷགས་འགོག་པར་བྱེད་ནའང་མི་  
 རིགས་པ་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་དེའི་ཆོས་སྒྲ་བ་པོ་དབུ་མར་སྒྲ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དངོས་  
 པོར་སྒྲ་བ་གང་རུང་གི་ལྷགས་འཐད་ཕྱོགས་སུ་བྱས་ནས་གཞན་འགོག་པའི་ཕྱིར་

རོ། ། ལྷགས་འདི་ནི། དཔེར་ན་སྒྲུན་པ་ཁ་ཅིག་གིས་ནད་པ་དག་ལ་ནད་སྒྲིན་པ་  
 དང་། སྒྲུད་པ་དང་། སྤངས་ནས་འབྱིན་པ་དང་། སྒྲུར་མི་ལྷོག་པའི་སྒྲུན་རྒྱམས་  
 རིམ་གྱིས་བཏང་ནས་ནད་གསོ་བ་བྱེད་པ་དང་འདྲ་བར་རིག་པར་བྱའོ། ། རི་སྐད་  
 བཤད་པའི་བདེན་པ་གཉིས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ལྷགས་ལ་བརྟེན་ནས་མཐར་  
 འཛིན་གྱི་ལྟ་བ་མཐའ་དག་འགོག་པར་བྱེད་པ་ནི་རྩིའི་སྒྲུན་ཆེན་པོ་བྱུན་གཅིག་  
 གིས་ནད་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་སྤངས་ནས་འབྱིན་པ་དང་འདྲ་བར་རིག་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་སེམས་ཙམ་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་བསྟན་པ་ལ་གསུམ་སྟེ།  
 ས་བཙུའི་མདོའི་དགོངས་པ་བཤད། གཟུགས་སེམས་ཡོད་མེད་མཚུངས་པར་བསྟན།  
 མདོ་སྟེ་གཞན་གྱི་འར་དགོངས་པ་བཤད་པའོ། ། དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་འཐད་པ་དང་  
 བྲལ་ཡང་འཛིག་རྟེན་གྱི་གཞོད་པས་འཛིགས་ཏེ། ཀྱན་རྫོབ་ཁས་ལེན་ན་ལུང་གི་  
 གཞོད་པས་འཛིགས་པས་སེམས་ཙམ་དུ་འར་ཁས་སྒྲུང་དགོས་ཏེ། རི་སྐད་དུ། ས་  
 བཙུ་པའི་མདོ་ལས། དེ་འདི་སྒྲུམ་དུ་སེམས་ཏེ་འདི་ལྟར་ཁམས་གསུམ་པོ་འདི་ནི་  
 སེམས་ཙམ་སྟེ། སྤྱིད་པའི་ཡན་ལག་བཙུ་གཉིས་པོ་གང་དག་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་  
 པས་རབ་དུ་བྱེ་སྟེ་བཀའ་བསྟུལ་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སེམས་གཅིག་ལ་  
 བརྟེན་པ་དག་གོ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་ན། ཙམ་ཞེས་པའི་སྒྲུས་གཟུགས་ཉིད་  
 བཀག་ནས་རྒྱུ་པར་གྲེས་པ་ཙམ་ཞིག་བདེན་པར་གྲུབ་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ལོ། །  
 ཞེས་རྒྱུ་རིག་པ་དག་སྒྲུབ་པར་བྱེད་དོ། ། འདི་དག་ག་པ་ལ་གཉིས། ཙམ་སྒྲུབ་བྱེད་པོ་  
 གཞན་དག་ག་པའི་དོན་ཅན་དུ་གཤད། གཟུགས་ལས་སེམས་གཙོ་བོའི་དོན་ཅན་

དུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལའང་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། མདོའི་དོན་ནི་ཁྱོད་གྱི་རི་  
 ལྟར་སྒོ་ལ་སྒྲུང་བ་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་བཤད་པ།  
 མདོན་གྱུར་མདོན་ཕྱོགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིས། །སྤྱིད་གསུམ་རྣམ་ཤེས་  
 ཙམ་དུ་གང་རྟོགས་པ། །རྟག་བདག་བྱེད་པོ་བཀག་པ་རྟོགས་ཕྱིར་དེས། །བྱེད་པ་  
 པོ་ནི་སེམས་ཙམ་ཡིན་པར་རྟོགས། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་མདོན་དུ་ཕྱོགས་པས་ན་  
 མདོན་དུ་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་བ་ས་དུག་པ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིས་  
 སྤྱིད་པ་གསུམ་པོ་རྣམ་ཤེས་ཙམ་དུ་རྟོགས་སོ་ཞེས་གང་གསུངས་པའི་དོན་ནི་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེས་རྗེས་བྱོལ་དུ་བྱི་དང་ནང་གི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ནི་ཡང་  
 དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་དུ་རྟོག་པའི་རང་བཞིན་གྱི་སེམས་ཙམ་ཡིན་པར་རྟོགས་  
 པས། རྟག་པའི་རང་བཞིན་གྱི་བདག་དང་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་པ་པོ་བཀག་  
 པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། དེ་སྐད་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། མདོ་སྤྱི་ཉིད་ལས།  
 དེ་ལྟར་ན། སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་ཕུང་པོ། སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་ཕྱོལ་པ། བྱེད་པ་པོ་དང་། འཆོ་  
 བ་པོ་མེད་པ་འབའ་ཞིག་པོ་འདི་མདོན་པར་འགྲུབ་པར་འགྱུར་རོ་སྟུམ་མོ། །དེ་  
 འདི་སྟུམ་དུ་སེམས་ཏེ། བྱེད་པ་པོ་ལ་མདོན་པར་ཞེན་པས་ལས་རྣམས་ཡོད་པར་  
 འགྱུར་རོ། །གང་ན་བྱེད་པ་པོ་མེད་པ་དེར་ནི་དོན་དམ་པར་ལས་ཀྱང་མི་དམིགས་  
 སོ་སྟུམ་མོ། །དེ་འདི་སྟུམ་དུ་སེམས་ཏེ། འདི་ལྟར་ཁམས་གསུམ་པོ་འདི་ནི་སེམས་  
 ཙམ་སྟེ། ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །མདོའི་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་  
 ཅིས་ཤེས་ཞེ་ན། གཉིས་པ་དེའི་དགོངས་པ་མདོ་གཞན་གྱིས་བཤད་པ་ལ་མདོ་



འགོད་པ་ནི། དེ་ཕྱིར་སློ་ལྷན་སློ་ནི་འཕེལ་བུའི་ཕྱིར། །ལང་ཀར་གསེགས་མདོ་དེ་  
 ལས་ཀུན་མཁྱེན་གྱིས། །མུ་སྟེགས་རི་བོ་སློ་མཐོན་འཛམས་བྱེད་དག། །རྫོ་རྗེ་འདི་  
 ནི་དགོངས་པ་གཙད་ཕྱིར་གསུངས། །གང་གི་ཕྱིར་སེམས་ཙམ་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་  
 དེའི་ཕྱིར། །སློ་ལྷན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་སློ་གྲོས་  
 འཕེལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་འཕགས་པ་ལང་ཀར་གསེགས་པ་ལས་ཀུན་མཁྱེན་གྱིས་  
 མུ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱི་བདག་དང་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པ་པོའི་སེམས་པའི་ལྷ་བ་  
 ངན་པའི་རི་བོའི་སློ་གིན་ཏུ་མཐོ་ཞིང་ལྷན་སྟུག་པོ་འཛམས་པར་བྱེད་པ་ལ་རྫོ་རྗེའི་  
 མེ་དང་འབྲ་བའི་དག། གང་ཟག་རྒྱད་དང་ལྷུང་པོ་དང་། །དེ་བཞིན་རྒྱུན་དང་རྟུལ་  
 དག་དང་། །གཙོ་བོ་དབང་ལྷུག་བྱེད་པོ་རྣམས། །སེམས་ཙམ་དུ་ནི་ངས་བཤད་དོ། །  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །དགོས་པ་འདི་ཅིའི་ཕྱིར་གསུངས་ཤི་ན། །སེམས་ཙམ་གསུངས་  
 པའི་དགོངས་པ་ཡོངས་སུ་གཙད་ཅིང་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུའོ། །གཉིས་པ་  
 མདོའི་དོན་བཤད་པ་ནི། རི་ལྷར་རང་གི་བསྟན་བཅོས་དེ་དེ་ལས། །མུ་སྟེགས་  
 རྣམས་ཀྱིས་གང་ཟག་སོགས་དེ་དག། །སྤྲུལ་པ་དེ་དག་བྱེད་པོར་མ་གཟིགས་ནས། །  
 རྒྱལ་བས་སེམས་ཙམ་འཛིག་རྟོན་བྱེད་པོར་གསུངས། །ཕྱི་དང་ནང་གི་མུ་སྟེགས་  
 རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་གི་བསྟན་བཅོས་ལས་གང་ཟག་དང་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པ་  
 ཆོས་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོར་སྤྲུལ་པ་དེ་དག་ཐ་སྟོན་དུ་འང་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་པ་  
 པོར་མ་གཟིགས་ནས་རྒྱལ་བས་ཐ་སྟོན་དུ་སེམས་ཙམ་ཉིད་འཛིག་རྟོན་གྱི་བྱེད་པ་  
 པོར་གསུངས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལང་ཀར་གསེགས་པའི་མདོའི་དོན་ཡིན་ནོ། །དེ་

ལྟར་ན་མདོའི་ཙམ་ཞེས་པའི་སྒྲིན་ནི་བྱེད་པ་པོ་གཞན་དགག་པའི་དོན་བྱས་ཟིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཤེས་བྱ་འགོག་པའི་དོན་ཙན་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་གཟུགས་ལས་  
 སེམས་གཙུང་པོའི་དོན་ཙན་དུ་བཤད་པ་ནི། ཇི་ལྟར་དེ་ཉིད་རྟོགས་ལ་སངས་རྒྱས་  
 བསྟན། །དེ་བཞིན་སེམས་ཙམ་གཙུང་གཙུང་འཇིག་རྟེན་ལ། །མདོ་ལས་སེམས་ཙམ་  
 ཞེས་གསུངས་གཟུགས་ནི་འདིར། །འགོག་པ་དེ་ལྟར་མདོ་ཡི་དོན་མ་ཡིན། །ཇི་  
 ལྟར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་པ་རྒྱས་པ་ལ་སངས་རྒྱས་ཞེས་ཆོག་སྒྲུ་མ་མི་མདོན་པར་  
 བྱས་ནས་བཤད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཙམ་གཙུང་པོར་གྱུར་པ་ལའང་གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་གཞན་གཙུང་པོ་ཡིན་པ་བཀག་ནས་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ལ་ཁམས་གསུམ་  
 པོ་འདི་ནི་སེམས་ཙམ་མོ་ཞེས་གསུངས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་མདོ་འདིར་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་གཙུང་པོ་ཡིན་པ་སེལ་བ་ཡིན་གྱི། སེམས་ཙམ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་  
 གཟུགས་ནི་མེད་དོ་ཞེས་གཟུགས་འགོག་པ་མདོའི་དོན་མ་ཡིན་ནོ། །མདོའི་དོན་  
 ནི་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་ཇི་སྐད་བཤད་པ་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་འདོད་པར་བྱ་དགོས་ཀྱི། དེ་ལྟ་  
 མ་ཡིན་པར། གལ་ཏེ་འདི་དག་སེམས་ཙམ་ཞེས་མཁྱེན་ནས། །དེ་ལས་གཟུགས་  
 ཉིད་དགག་པར་མཛད་ན་ནི། །སྒྲུར་ཡང་དེ་ལས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་སེམས། །  
 མ་རིག་ལས་ལས་སྒྲིས་པ་ཅི་ཕྱིར་གསུངས། །གལ་ཏེ་ཁམས་གསུམ་པོ་འདི་དག་  
 སེམས་ཙམ་དུ་གྱུབ་པར་མཁྱེན་ནས་ས་བཙུ་པའི་མདོ་དེ་ལས་གཟུགས་ཉིད་ལ་  
 དགག་པ་མཛད་ནས་སེམས་སུ་བདེན་པར་སྟོན་ན། །སྒྲུར་ཡང་མདོ་དེ་ཉིད་ལས་ཇི་  
 སྐད་དུ། དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལུགས་སུ་འབྱུང་བའི་རྣམ་པར་རྟེན་ཅིང་





གྱང་སོག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འགྲོ་བ་འདུག་པའི་རྒྱ་སེམས་  
 ཉིད་གཙོ་བོ་ཡིན་གྱི་གཟུགས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་གཟུགས་ཡོད་མེད་གྱི་དེ་  
 ལ་ནི། །སེམས་བཞིན་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཡོད་མ་ཡིན། །སེམས་བཞིན་དུ་གཟུགས་  
 གྱང་ཐ་སྐད་དུ་ཡོད་མེད་གྱི། དེ་ལ་སེམས་བཞིན་དུ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་ལས་སོགས་པའི་  
 བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེམ་པོ་ཡིན་པས་སྒྲོའི་གཡོ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གང་གི་ཕྱིར་གཟུགས་ལ་བྱེད་པ་པོའི་དོན་མེད་པ། དེས་ན་སེམས་ལས་  
 གཞན་པའི་བྱེད་པ་པོ། བསྐྱེད་གི་གཟུགས་ནི་བཀག་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །ཁ་ཅིག་ནི་  
 བདག་དང་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པ་པོར་འདོད་ལ། གཞན་དག་ནི་སེམས་  
 བྱེད་པ་པོར་འདོད་དོ། །གཟུགས་བྱེད་པ་པོར་འདོད་པ་ནི་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །  
 དེས་ན་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པ་པོར་མི་རིགས་པར་མཐོང་ཞིང་སེམས་ལ་བྱེད་  
 པ་པོའི་རྣམ་པ་དང་ལྟན་པར་མཐོང་སྟེ། སེམས་ཙམ་མོ་ཞེས་གསུངས་པ་ན་སེམས་  
 ལས་གཞན་པའི་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པ། བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་སྐྱོད་གི་གཟུགས་བཀག་  
 པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་གཅིག་གི་བདག་པོ་བྱ་བར་འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་  
 གཉིས་ཚུད་པ་ན་གང་རྒྱལ་བ་དེས་ཅིག་གོས་འགུམ་སྒྲུ་འདོད་པར་བྱེད་གྱི་གཉི་ག་  
 ལ་མཁོ་བའི་ཕྱིར་འབངས་ཕལ་བ་དག་མ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ། འདིར་ཡང་སེམས་  
 གཞན་བྱེད་པ་པོར་འདོད་པ་གཉིས་ལའང་གཟུགས་མཁོ་བའི་ཕྱིར་རྟག་དུ་གཞོན་  
 པ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་གཟུགས་སེམས་ཡོད་མེད་མཚུངས་པར་བསྟན་པ་ནི། དེ་  
 ལྟར་ན། རི་སྐད་བཤད་པའི་རྒྱལ་གྱིས་འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་དེ་ཉིད་ལ་གནས་ལ། །ཕུང་

པོ་འཛིག་རྟེན་གྲགས་དེ་ལྷ་ཅར་ཡོད། །དེ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་འཆར་བར་འདོད་པ་ན། །  
 རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་དེ་ལྷ་འབྱུང་མི་འགྱུར། །འཛིག་རྟེན་པའི་ལྷ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 ལ་གནས་པ་ལ་ནི་ཡུང་པོ་ལྷ་ཆར་ཡོད་དེ། དེ་དག་འཛིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པའི་བྱིར།  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་འཆར་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ལ་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུང་པོ་དེ་ལྷ་ཆར་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། སྒྲོས་པའི་  
 མཆན་མ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བའི་བྱིར་རོ། །གང་གི་བྱིར་དེ་ལྷར་ཡིན་པ་དེའི་  
 བྱིར་གཟུགས་མེད་ན་ནི་སེམས་ཡོད་མ་འཛིན་ཅིག །སེམས་ཡོད་ན་ཡང་གཟུགས་  
 མེད་མ་འཛིན་ཅིག །དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། ཐ་སྙད་དུ་གཉིས་ཀ་མཚུངས་པར་ཡོད་ལ།  
 དོན་དམ་པར་གཉིས་ཀ་མེད་པ་མཚུངས་པའི་བྱིར་རོ། །ལུང་ལས་ཀྱང་གཉི་ག་ཡོད་  
 མེད་མཚུངས་པར་གསུངས་ཏེ། འདི་ལྟར། དེ་དག་ཤེས་རབ་ཚུལ་མདོར་སངས་  
 རྒྱས་གིང་། །མཚུངས་པར་སྤངས་གིང་མདོན་པའི་ཆོས་ལས་གསུངས། །གཟུགས་  
 ལ་སོགས་པའི་ཡུང་པོ་དེ་དག་ཆོས་མདོན་པའི་མདོ་ལས་རང་དང་སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་  
 ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ལྷ་ཅར་ཡང་མཚུངས་པར་གསུངས་ལ། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་  
 རོལ་དུ་བྱིན་པའི་མདོར། ལྷ་ཅར་མཚུངས་པར་སྤངས་གིང་བཀག་པ་ཡིན་ཏེ། རབ་  
 འབྱོར་གཟུགས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ངོ་། །ཞེས་བྱ་བ་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་  
 རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ངོ་། །ཞེས་པའི་བར་དུ་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་དེ་  
 ལྷར་ལུང་དང་རིགས་པས་གྲུབ་པའི། བདེན་གཉིས་རིམ་པ་འདི་དག་བཤིག་ནས་  
 ཀྱང་། ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་ནི་བཀག་པས་འགྲུབ་མི་འགྱུར། །གཟུགས་མེད་པར་སེམས་

ཙམ་ཞིག་གྲུབ་པར་སྒྲུབ་པ་ནི། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་  
 རིམ་པ་ཇི་སྒྲིད་བཤད་པ་འདི་དག་བཤེག་ནས་ཀྱང་རྣམ་རིག་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་གཞན་  
 དབང་གི་རྩ་ས་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། གཞན་དབང་གི་རྩ་ས་ནི་སྒྲུབ་རིགས་པས་  
 བཀག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཕྱིར་དེ་ལྟའི་རིམ་པས་དངོས་གདོད་ནས། །དེ་ཉིད་མ་  
 སྒྲིད་འཇིག་རྟེན་སྒྲེས་རིག་བྱ། །གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་གོང་དུ་ཇི་སྒྲིད་  
 བཤད་པ་དེ་ལྟ་བུའི་རིགས་པའི་རིམ་པས་ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་དོན་དམ་  
 པར་གདོད་མ་ནས་མ་སྒྲེས་གིང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྒྲིད་ཙམ་དུ་སྒྲེས་པར་རིག་  
 པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་མདོ་གཞན་གྱི་འང་དགོངས་པ་བཤད་པ་ནི། འདི་སྒྲིད་ཅེས་  
 གལ་ཏེ་མདོ་དེ་དག་དགོངས་པ་དེ་ལྟ་ཡིན་མོད། དེ་ལྟ་ནའང་ལུང་གཞན་ལས་སེམས་  
 ཙམ་དུ་འགྲུབ་སྟེ། ཇི་སྒྲིད་དུ། ཕྱི་རོལ་སྒྲུང་བ་ཡོད་མེད་དེ། །སེམས་ནི་སྒྲུ་ཚོགས་  
 རྣམས་སུ་སྒྲུང་། །ལུས་དང་ལོངས་སྟོད་གནས་འདྲ་བ། སེམས་ཙམ་དུ་ནི་ངས་  
 བཤད་དོ། །ལུས་ནི་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་སོ། །ལོངས་སྟོད་ནི་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་རྣམས་སོ། །གནས་ནི་སྟོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་མོ། །དེ་  
 ལ་སེམས་ལས་གཞན་པའི་ཕྱི་རོལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སེམས་ཉིད་བག་  
 ཚགས་ཀྱི་དབང་གིས་ལུས་དང་ལོངས་སྟོད་དང་གནས་སུ་སྒྲུང་བ་སྒྲེ་བ་ན། ཤེས་  
 པ་ལས་ཐ་དད་པའི་ལུས་ལ་སོགས་པར་མདོན་པར་ཞེན་པ་ཡིན་མོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 །ཁམས་གསུམ་པོ་འདི་ནི་སེམས་ཙམ་ཡིན་མོ་ཞེན། འདིའི་ལན་ལ་གསུམ། མདོ་  
 དེ་དགོངས་པ་ཙམ་དུ་བསྟན་པ། དེའི་ཤེས་བྱེད་དགོད་པ། ཞར་ལ་དྲང་ངེས་ཀྱི་



190

བ་དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་བ་སོགས་ལས། གུན་བརྟགས་པ་དང་། གཞན་གྱི་  
 དབང་དང་། ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ལས། བརྟགས་པ་  
 མེད་པ་ཉིད་དང་། གཞན་དབང་ཡོད་པ་ཉིད་དང་། དེ་བཞིན་དུ། ལེན་པའི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ཟབ་ཅིང་ཕྱ། །ས་བོན་ཐམས་ཅད་ཆུ་བོའི་རྒྱན་བཞིན་འབབ། ། བདག་  
 ཏུ་རྟོག་པར་གྱུར་ན་མི་རུང་ཞེས། །འདི་ནི་བྱིས་པ་རྣམས་ལ་ངས་མ་བསྟན། །  
 ཞེས་སོགས་རྣམ་པ་དེ་ལྟའི་མདོ་སྡེ་གཞན་ཡང་། ཇི་ལྟར་ནད་པ་ནད་པ་ལ། །སྒྲན་  
 བས་སྒྲན་རྣམས་གཏོང་བ་ལྟར། །སངས་རྒྱས་དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་ལ། །སེམས་  
 ཅམ་དུ་ཡང་རབ་ཏུ་གསུངས། །ཞེས་པའི་ལུང་འདིས་ཕྱི་རོལ་སྒྲུང་བ་ཡོད་མེད་དོ། །  
 ཞེས་སོགས་དྲང་དོན་ཉིད་དུ་གསལ་བར་བྱེད་དེ། ཇི་ལྟར་ནད་པའི་ནད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་མི་  
 འདྲ་བ་ཐ་དད་པའི་དབང་གིས་སྒྲན་པ་རྣམས་སྒྲན་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་གཏོང་བ་ལྟར།  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སེམས་ཅམ་གསུངས་པའང་གདུལ་བྱའི་བསམ་པའི་བྱེ་  
 བྲག་ལ་ལྟོས་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་ཅམ་གསུངས་པ་ངེས་པའི་དོན་  
 ཡིན་ན། སྒྲུང་ཡང་གདུལ་བྱའི་བསམ་པའི་བྱེ་བྲག་ལ་ལྟོས་ནས་སེམས་ཅམ་  
 བསྟན་ནོ་ཞེས་དེའི་དགོས་པ་གསུང་བ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལང་  
 ཀར་གཤེགས་པ་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་མདོ་བརྗོད་པ་ལས་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པའི་སྒྲིང་པོ་གསུངས་པ་དེ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་  
 བ་རྣམ་པར་དག་པས་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོག་མ་ནས་རྣམ་པར་དག་པ་ཉིད་མཆོན་  
 སུམ་ཏུ་ཏུ་གཉིས་དང་ལྡན་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་ནང་ན་མཆིས་

པར་བརྗོད་དེ། བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་རིན་པོ་ཆེ་རིན་པོ་ཆེན་པོ་གོས་དྲི་མ་ཅན་  
 ཀྱི་ཡོངས་སུ་དགྱིས་པ་ལྟར། ལུང་པོ་དང་། ལམས་དང་། སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་གོས་ཀྱིས་  
 དགྱིས་པ། འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་། གཏི་མུག་གིས་བེལ་གྱིས་ལོ་ལ།  
 ཡོངས་སུ་རྟོག་པའི་རྟོག་པས་དྲི་མ་ཅན་དུ་གྱུར་པ། ཏྲག་པ། བརྟན་པ། ཐེར་བྱག་  
 པ་ནི་བརྗོད་ན། བཙུམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པས་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་  
 པའི་སྒྲིང་པོ་སྒྲུབ་པ་འདི་ནི་མུ་སྟེགས་ཅན་གྱི་བདག་ཏུ་སྒྲུབ་པ་དང་ཇི་ལྟར་འདྲ་བ་མ་  
 ལགས། བཙུམ་ལྷན་འདས་མུ་སྟེགས་བྱེད་རྣམས་ཀྱང་ཏྲག་པ། བྱེད་པ་པོ། ཡོན་  
 ཏན་མེད་པ། ཟུབ་པ། མི་འཇིག་པའི་ཞེས་བདག་ཏུ་སྒྲུབ་སྟོན་པར་བབྱེད་དོ། །  
 བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་བསྟུན་པ། སྟོ་གྲོས་ཆེན་པོ་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པའི་  
 སྒྲིང་པོ་བསྟན་པ་ནི་མུ་སྟེགས་ཅན་དང་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྟོ་གྲོས་ཆེན་པོ་དེ་  
 བཞིན་གསལ་གསལ་པ་དག་བཙུམ་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་  
 ནི་སྒྲིང་པ་ཉིད་དང་། ཡང་དག་པའི་མཐའ་དང་། ལྷ་རན་ལས་འདས་པ་དང་། མ་  
 བྱེད་པ་དང་། མ་འགགས་པ་དང་། མཚན་མ་མེད་པ་དང་། སྟོན་པ་མེད་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཆོག་གི་དོན་རྣམས་ལ་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པའི་སྒྲིང་པོར་བསྟན་པར་  
 བྱས་ནས། བྱིས་པ་རྣམས་བདག་མེད་པས་འཇིག་པར་འགྱུར་བའི་གནས་རྣམས་  
 སྤང་བའི་བྱིར་དོན་དེ་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པའི་སྒྲིང་པོའི་སྟོ་ནས་བསྟན་པས་རྣམ་  
 པར་མི་རྟོག་པའི་གནས་སྤང་བ་མེད་པའི་སྟོན་ཡུལ་སྟོན་ཏེ། སྟོ་གྲོས་ཆེན་པོ་མ་  
 འོངས་པ་དང་། ཏེ་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་



རྣམས་ཀྱིས་བདག་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པར་མི་བྱའོ། །སློ་བྲོས་ཆེན་པོ། དཔེར་ན་  
 རྩ་མཁན་ནི་འཛིམ་པའི་རྩལ་གྱི་ཡུང་པོ་གཅིག་ལ་ལག་པ་དང་། བཟོ་དང་། ལག་  
 གཟུངས་དང་། རྩུ་དང་། སྤང་བྱ་དང་། བཟོ་ཏན་དང་ལྡན་པ་ལས་སྒྲོང་རྣམ་པ་སྣ་  
 ཆོགས་བྱེད་དོ། །སློ་བྲོས་ཆེན་པོ་དེ་བཞིན་དུ། དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པ་རྣམས་ཀྱང་  
 ཆོས་ལ་བདག་མེད་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་ལོག་  
 པ་དེ་ཉིད་ཤེས་རབ་དང་། ཐབས་ལ་མཁས་པ་དང་། ལྡན་པ་རྣམ་པ་སྣ་ཆོགས་  
 ཀྱིས་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པའི་སྒྲིང་པོ་བསྟན་པའམ། བདག་མེད་པ་བསྟན་པས་  
 ཀྱང་རུང་སྟེ། རྩ་མཁན་བཞིན་དུ། ཆོག་དང་། ཡི་གའི་རྣམ་གྲངས་རྣམ་པ་སྣ་  
 ཆོགས་ཀྱིས་སྒྲིམ་དོ། །དེ་ལྟར་དེའི་བྱིར་སློ་བྲོས་ཆེན་པོ་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པའི་  
 སྒྲིང་པོ་བསྟན་པས་མུ་སྟེགས་ཅན་གྱི་བདག་ཏུ་སྟོབས་བསྟན་པ་དང་མི་འདྲའོ། །  
 སློ་བྲོས་ཆེན་པོ་དེ་ལྟར་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་མུ་སྟེགས་ཅན་བདག་ཏུ་  
 སྟོབས་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་རྣམས་དྲང་བའི་བྱིར། དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པའི་སྒྲིང་པོ་  
 བསྟན་པས། དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པའི་སྒྲིང་པོ་སྒྲིམ་དོ། །ཡང་དག་པའི་བདག་ཏུ་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ལྷ་བར་ལྷུང་བའི་བསམ་པ་ཅན་དག་རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒྲོ་  
 གསུམ་གྱི་སྒྲོང་ཡུལ་ལ་གནས་པའི་བསམ་པ་དང་ལྡན་ཞིང་། ལྷུང་དུ་བྱ་ན་མེད་  
 པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འཛང་རྒྱ་བར་ཇི་ལྟར་འགྱུར། ཞེས་སོགས་  
 ཀྱིས། ལེན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཟབ་ཅིང་ཤ། །ས་བོན་ཐམས་ཅད་ཆུ་བོའི་རྒྱན་  
 བཞིན་འབབ། །བདག་ཏུ་རྟོག་པར་གྱུར་ན་མི་རུང་ཞེས། །འདི་ནི་བྱིས་པ་རྣམས་

ལ་ངས་མ་བསྟན། །ཞེས་པའི་མདོ་རྣམས་དང་དོན་དུ་གསལ་བར་བྱེད་དོ། །འདིའི་  
 བསྟུས་པའི་དོན་ནི་གཉིས་ཏེ། འདི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབས་བྱི་བ་ཞུས་པ། དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པས་ལན་གནང་བའོ། །དང་པོ་ནི། བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཞེས་  
 པ་ནས། བདག་ཏུ་སྤྱོད་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་པའི་བར་རོ། །གཉིས་པ་ལའང་། མདོར་  
 བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། བཙུམ་ལྷན་འདས་  
 ཀྱིས་ཞེས་པ་ནས། མདོར་བར་ཞེན་པར་མི་བྱའོ་ཞེས་པའི་བར་རོ། །གཉིས་པ་  
 ལའང་། དགོངས་གཞི་དང་། དགོས་པ་བསྟན་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལའང་།  
 དཔེ་དང་། དོན་དང་། མཐུག་བསྟུ་བ་གསུམ་མོ། །དང་པོ་ནི། དཔེར་ན་ཞེས་པ་  
 ནས། སྤྱོད་ཆོགས་བྱེད་དོ་ཞེས་པའི་བར་རོ། །གཉིས་པ་ནི། སློབ་གྲོས་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་  
 ནས། སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱིས་བསྟོན་ཏོ་ཞེས་པའི་བར་རོ། །གསུམ་པ་ནི། དེ་ལྟར་དེའི་  
 བྱིར་ཞེས་པ་ནས། མི་འདྲའོའི་བར་རོ། །དགོས་པ་ནི། སློབ་གྲོས་ཆེན་པོ་ཞེས་ལྷག་  
 མ་རྣམས་སོ། །འདིར་མདོར་བསྟུས་པའི་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། བཙུམ་ལྷན་འདས་  
 ཀྱིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱིང་པོ་གསུངས་པ་དེ་སྤྱོད་ཅི་བཞིན་པ་ལགས་ན། ཟུ་  
 སྟེགས་ཅན་གྱི་བདག་ཏུ་སྤྱོད་བར་བྱེད་པར་མེད་པར་འགྱུར་ལ། དགོངས་ཏེ་གསུངས་  
 པ་ཡིན་ན། དགོངས་གཞི་དང་། དགོས་པ་གང་ལགས་ཞེས་པ་ནི་འདྲི་བ་པོའི་  
 བསམ་པའོ། །འདི་ནི་སྤྱོད་ཅི་བཞིན་པ་མ་ཡིན་གྱི་དགོངས་པ་ཅན་ཡིན་ལ། དགོངས་  
 གཞི་སྤྱིང་པ་ཉིད་དང་། མཚན་མ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་བརྩམས་ནས། དགོས་  
 པ་གསུལ་བྱ་ཟུ་སྟེགས་ཅན་གྱི་ལྷ་བ་ལ་གོམས་པ་ཟབ་མོའི་སྤྱོད་དུ་མི་རུང་བ་རྣམས་

རིམ་གྱིས་བདག་མེད་པ་ལ་དྲང་བའི་བྱིར་བསྟན་ཏེ་ཞེས་པ་ནི་ལན་གྱི་དོན་ཏེ། །  
 དེ་ལྟར་ན་སྒྲིམ་པ་དངོས་སུ་ཟིན་པའི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྒྲིང་པོ་ནི་མུ་སྟེགས་  
 པའི་བདག་དང་འདྲ་བར་ཐ་སྟོད་ཅམ་དུ་འདྲ་མ་གྱུ་བ་ལ། དགོངས་གཞི་བདེ་བར་  
 གཤེགས་པའི་སྒྲིང་པོ་ནི་སྒྲིང་པ་ཉིད་དང་། མཚན་མ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་མིང་  
 གིས་བསྟན་པའི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཉིད་ཡིན་པས། དེ་ནི་ཐ་སྟོད་དུ་འདྲ་སྒྲིམ་པའི་  
 མཚན་མ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་བྱིར། ཡོད་པ་དང་། མེད་པ་དང་། ཉག་པ་  
 དང་། མི་ཉག་པ་ལ་སོགས་པ་གང་དུ་འདྲ་བཅོད་དུ་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་བཤེས་  
 གཞིན་ངན་པས་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་དུག་ཆུས་མྱོས་པས། སྒྲོ་བློས་ཀྱི་མིག་མོངས་  
 པ་དག་ནི། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དགོངས་ཏེ་གསུངས་པའི་མདོ་སྡེ་ཟབ་མོ་  
 རྣམས་ལ་སྒྲིའི་བཞིན་དུ་བཟུང་ནས། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྒྲིང་པོའི་ཟོལ་གྱིས།  
 ཉག་པ་དང་། བྱུང་བའི་བདག་ཏུ་སྒྲིབ་བར་བྱེད་ཅིང་། རང་ཉིད་ཀྱང་ལོག་པའི་ལམ་  
 ལ་གནས་ནས། གཞན་དག་ཀྱང་ལོག་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད། དེ་ལྟར་ཞུགས་  
 པ་དག་ལ་འདྲ་བསྟགས་པ་བཅོད་ཅིང་མཐུན་པས་དགའ་བར་བྱེད་དོ། །གང་དག་  
 བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བསྟན་པའི་སྒྲིང་པོ་བདག་མེད་པ་དང་སྒྲིང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་  
 བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྒྲིབ་པ་དག་ལ། དངོས་སུ་ཆོག་དོར་དང་། ལྷག་ཆོད་ལ་སོགས་  
 པའི་སྒྲོ་ནས་ཀྱང་ཆོམ་དུ་གྲོལ་ཞིང་སྒྲིག་ཏུ་ཆད་པ་བ་ཞེས་ངན་སྒྲིམ་སུ་བྱེད་པ་དག་  
 གིས་དེང་སང་གངས་ཅན་གྱི་བསྟན་པ་བྱད་གིང་ཟད་དུ་ཉེ་བའི་མེ་མྱེ་ཅམ་འདི་འདྲ་  
 ལྟ་བ་ངན་པའི་དྲི་མས་གིན་ཏུ་མ་རུངས་པར་བྱས་སོ། །གཉིས་པ་རིགས་པས་བསྒྲུབ་



པ་ནི། ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཤེས་པ་བསལ་བ་ནི། །བདེ་སླག་ཏུ་རྟོག་ཅེས་སངས་རྒྱས་  
 རྣམས་ཀྱིས་གསུངས། །ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཤེས་པ་བཀག་འགྲུབ་པས། །དང་པོ་ཤེས་  
 བྱ་དགག་པར་མཛད་པ་ཡིན། །ཡུལ་ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཡུལ་ཅན་ཤེས་པ་བསལ་བ་  
 བདེ་སླག་ཏུ་རྟོག་དེ། ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་པན་ཚུན་སྟོན་ནས་བཞག་པའི་སྤྱིར་རོ། །  
 དེ་བས་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ནི་གདུལ་བྱ་རྣམས་བདག་མེད་པ་ལ་རིམ་  
 གྱིས་གཞུག་པར་བཞེད་ནས་དང་པོ་ཁོ་ནར། སྤྱི་རོལ་སྒྲུང་བ་ཡོད་མེད་དེ། །ཞེས་  
 མོགས་ཤེས་བྱ་དགག་པ་གསུངས་ཏེ། ཤེས་བྱའི་བདག་མེད་པར་རིག་པ་རྣམས་ནི་  
 ཤེས་པའི་བདག་བཀག་པ་ལ་བདེ་སླག་ཏུ་འཇུག་པར་འགྱུར་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའང་  
 འདི་ལྟར་ཤེས་བྱའི་བདག་མེད་པར་རིག་པ་རྣམས་ནི། ཤེས་པ་རང་བཞིན་མེད་  
 པར་རེས་འགའ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་པར་འགྱུར་ལ། རེས་ནི་ཅུང་ཟད་ཅིག་ཉི་  
 བར་བསྟན་པས་འགྱུར་པའི་སྤྱིར་རོ། །གསུམ་པ་དྲང་རེས་ཀྱི་བྱུང་པར་བསྟན་  
 པ་ནི། དེ་ལྟར་ལུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཤེས་བྱས་ཏེ། །མདོ་གང་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་བཤད་  
 དོན་ཅན། །དྲང་དོན་གསུངས་པའང་རྟོགས་ནས་དྲང་བྱ་ཞིང་། །སྟོང་ཉིད་དོན་ཅན་  
 རེས་དོན་ཡིན་ཤེས་གྱིས། །གོང་དུ་བཤད་པའི་ཚུལ་དེ་ལྟར་དྲང་དོན་དང་། རེས་  
 པའི་དོན་གྱི་ལུང་གི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་ཆེར་ཤེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་མདོ་གང་ཞིག་རྟོག་ཅིང་འབྲེལ་  
 བར་འབྱུང་བ་སྟེ་བ་མེད་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དོན་དམ་པའི་  
 བདེན་པ་དངོས་སུ་གསལ་བྱེད་མ་ཡིན། དངོས་སུ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་དོན་ཅན་བཤད་ན་  
 སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཅན་དུ་དྲང་དུ་རུང་བ་དེ་དག་ནི་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་འཇུག་

པའི་ཐབས་སུ་གསུངས་པ་ཙམ་ཡིན་པས་དྲང་དོན་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་དགོངས་པ་  
 ཇི་ལྟར་ཡིན་པའང་དོགས་ནས་ཇི་ལྟར་གཞིན་པ་མེད་པ་དེ་ལྟ་བུའི་དོན་ཅན་དུ་  
 དྲང་བར་བྱ་ཞིང་བཤད་པར་བྱ་ལ། མདོ་གང་ཞིག་དངོས་སུ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་སྒྲིབ་  
 མེད་པ་ལ་སོགས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་དེ་དག་གི་དོན་དེ་ནི་རྣམ་པ་གཞན་དུ་དྲང་  
 བར་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་ངེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དྲང་དོན་དང་།  
 ཇེས་དོན་གྱི་བྱད་པར་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཡང་། འཕགས་པ་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཀླུ་  
 རོ་ལས། སྟོང་པ་བདེ་བར་གསེགས་པས་བཤད་པ་ལྟར། །ཇེས་དོན་མདོ་སྡེ་དག་  
 གི་བྱེ་བྲག་ཤེས། །གང་ལས་སེམས་ཅན་གང་ཟག་སྒྲིས་བྱ་བསྟན། །ཆོས་དེ་ཐམས་  
 ཅད་དྲང་བའི་དོན་དུ་ཤེས། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ་འཕགས་པ་སྟོ་  
 གྲོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། དྲང་བའི་དོན་གྱི་མདོ་གང་ཞེ་ན།  
 མདོ་གང་ལས་ཀྱན་རྫོབ་གྱི་བདེན་པ་གསུངས་པ་འདི་ནི་དྲང་བའི་དོན་ཡིན་ནོ། །  
 ཇེས་པའི་དོན་གྱི་མདོ་གང་ཞེ་ན། མདོ་གང་ལས་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་མངོན་དུ་  
 བྱ་བའི་ཕྱིར་གསུངས་པ་འདི་ནི་ཇེས་པའི་དོན་དོ། །མདོ་གང་ལས་ཆོག་དང་ཡི་གེ་  
 སྟོ་ཆོགས་སུ་གསུངས་པ་དེ་ནི་དྲང་བའི་དོན་ཡིན་ལ། མདོ་གང་ལས་ཟབ་པ་ལྟ་  
 དཀའ་བ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་དཀའ་བ་གསུངས་པ་དེ་ནི་ཇེས་པའི་དོན་ཡིན་ནོ། །མདོ་  
 གང་ལས། བདག་དང་། སེམས་ཅན་དང་། སྟོག་དང་། གསོ་བ་པོ་དང་། སྒྲིས་བྱ་  
 དང་། གང་ཟག་དང་། ཤེད་ལས་སྒྲིས་དང་། ཤེད་བྱ་དང་། བྱེད་པ་པོ་དང་། ཆོར་  
 བ་པོའི་སྒྲི་དང་སྒྲིད་སྟོ་ཆོགས་པ་བདག་པོ་མེད་པ་ལ་བདག་པོ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་

གསུངས་པ་དེ་ནི་དྲང་བའི་དོན་ཡིན་ལ། མདོ་གང་ལས། སྟོང་པ་ཉིད་དང་། མཚན་  
 མ་མེད་པ་དང་། སྟོན་པ་མེད་པ་དང་། མདོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པ་དང་། མ་  
 བྱང་བ་དང་། མ་སྐྱེས་པ་དང་། དངོས་པོ་མེད་པ་དང་། སེམས་ཅན་མེད་པ་དང་།  
 སྟོག་མེད་པ་དང་། གང་ཟག་མེད་པ་དང་། བདག་པོ་མེད་པ་དང་། རྣམ་པར་ཐར་  
 བའི་སྟོ་གསུངས་པ་དེ་ནི་ངེས་པའི་དོན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
 ལྟར་ན་འཕགས་པ་དགོངས་པ་ངེས་པར་འབྲེལ་བ་ལས། ཆོས་ཐམས་ཅད་རོ་བོ་  
 ཉིད་མེད་པར་སྟོན་པའི་མདོ་སྟེ་རྣམས་དྲང་དོན་དང་། ཀུན་བརྟགས་མེད་ཅིང་གཞན་  
 དབང་ཡོད་པར་སྟོན་པ་རྣམས་ཀྱང་དགོངས་པ་ཅན་ཡིན་པར་ལུང་འདི་ཉིད་ཀྱིས་  
 ཤེས་ཤིང་རིགས་པས་ཀྱང་འབྲུབ་སྟེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་མེད་པར་སྟོན་པའི་  
 མདོ་སྟེ་དག་གི་དངོས་ཀྱི་དོན་ལ་གཞོད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 མཐའ་བཞི་ལས་སྐྱེ་བ་བཀག་ཅིང་འགོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་དབང་ཡོད་པར་  
 སྟོན་པའི་མདོ་དག་གི་དངོས་ཀྱི་དོན་ནི་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་  
 དབང་རྣམས་སྐྱེ་གྲུབ་པ་སྒྲར་ལུང་དང་རིགས་པས་ལེགས་པར་བཀག་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་ལྟར་ན་མདོ་གང་གི་དངོས་བསྟན་ཀྱི་དོན་ལ་རིགས་པས་གཞོད་པ་མེད་པ་ནི་  
 ངེས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། མདོ་གང་གིས་དངོས་སྟེ་བསྟན་པ་ལ་རིགས་པས་གཞོད་  
 པ་དེ་ནི་དྲང་བའི་དོན་ཅེས་བྱའོ། །མདོ་གཞན་ལས་ཀུན་བརྟགས་པ་དང་། གཞན་  
 ཀྱི་དབང་དང་། ཡོངས་སྐྱེ་གྲུབ་པའི་རོ་བོ་ཉིད་གསུམ་གསུངས་པ་དེ་དག་གི་དོན་  
 གང་ཞེ་ན། དཔེར་ན་སྐྱུ་ལ་གྱི་དངོས་པོ་ནི་ཐག་པ་བསྟོགས་པའི་རྟོན་འབྲེལ་ལ་



ཀུན་བརྟགས་པ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཆེ་ཐག་པ་ལ་སྒྱུ་ལ་དུ་འཛིན་པ་དེའི་ཆེ་འང་ཐག་པ་ལ་  
 སྒྱུ་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྱུ་ལ་གྱི་དངོས་པོ་ལ་ནི་སྒྱུ་ལ་དེ་ཉིད་ཡོངས་སུ་སྒྱུ་བ་པ་  
 ཡིན་ཏེ། སྒྱུ་ལ་ལ་སྒྱུ་ལ་དུ་འཛིན་པ་ནི་ཐ་སྟོན་ཀུན་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 རང་བཞིན་ཡང་གཞན་དབང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལ་ནི་ཀུན་བརྟགས་  
 པ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཆེ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལ་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རང་  
 བཞིན་རྣམ་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་འཛིན་པ་དེའི་ཆེ་འང་ཐག་པ་ལ་སྒྱུ་ལ་བཞིན་དུ་རྟེན་འབྲེལ་  
 ལ་ནི་རང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྟེན་འབྲེལ་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལས་སྦྱེས་པའི་  
 བཅོས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་བཞིན་དག་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
 སྟོན་དུ་འང་བསྟན་བཅོས་ལས། རང་བཞིན་དག་ནི་བཅོས་མིན་དང་། །གཞན་ལ་  
 ལྟོས་པ་མེད་པ་ཡིན། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་མོ། །རང་བཞིན་དེ་འང་སངས་  
 རྒྱུ་ལ་སྒྱུ་དང་ཡུལ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ནི་དངོས་ཡིན་ཏེ། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་མཛོན་དུ་མཛོད་ཅིང་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་པའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱུ་ཞེས་  
 བཙོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཀུན་རྫོབ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ནི་རྒྱ་དང་  
 རྒྱེན་ལ་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་གཞན་དབང་ཡིན་ལ། རང་བཞིན་དང་། གནས་ལུགས་  
 དང་། མ་བཅོས་པའི་ངོ་བོ་ནི་ཀུན་རྫོབ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བ་འབྱུང་བ་ལ་ནི་ཀུན་  
 བརྟགས་པ་ཡིན་ལ། སྟོང་པ་ཉིད་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ལ་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །རྣམ་རིག་པ་དག་ནི། དོན་གྱིས་དབེན་  
 པའི་ཤེས་པ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་ནི་གཞན་གྱི་དབང་ཡིན་ལ།

གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་ནི་ཀུན་བརྟགས་སོ། །གཞན་གྱི་དབང་དེ་ཉིད་ཀུན་བརྟགས་  
 གྱིས་གདོད་མ་ནས་སྟོང་པ་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པར་འདོད་ཀྱང་། འཛིག་རྟེན་ན་གྲགས་  
 པའི་གཟུང་འཛིན་ལས་མ་གཏོགས་པའི་གཞན་དབང་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་ནི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་གསུམ་དུ་སྒྲིབ་པའང་མ་ཡིན་ནོ། །མདོ་སྡེ་གང་ལས་ཀུན་བརྟགས་མེད་པ་  
 ཉིད་དང་། གཞན་དབང་ཡོད་པར་གསུངས་པའི་དོན་ཡང་། གཞན་དབང་རྟེན་  
 ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ནི་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་ཉིད་ལ་རང་གཞན་  
 གྱི་གྲུབ་མཐའ་སྒྲིབ་པ་དག་གིས་བདེན་པའི་རང་བཞིན་དུ་ཀུན་བརྟགས་པ་ནི་ཐ་  
 སྙད་དུ་འང་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་རིག་པ་དག་གཞན་དབང་རྗེས་སུ་གྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར་དང་ཀུན་བརྟགས་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་ཀྱང་དོན་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་འཆད་  
 ཀྱང་། གཞན་དབང་རྗེས་སུ་གྲུབ་པ་སྒྲུབ་བཀག་པའི་ཕྱིར་དང་། ཀུན་བརྟགས་སུ་  
 འདོད་པའི་གཟུང་འཛིན་ནི་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་ཀྱང་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཞན་  
 དབང་ཡིན་གྱི། ཀུན་བརྟགས་མ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ལ་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པའི་རང་  
 བཞིན་དུ་ཀུན་བརྟགས་པ་ནི་ཐ་སྙད་དུ་འང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་མདོ་སྡེ་དག་  
 ལས། ཀུན་བརྟགས་པ་མཚན་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་དང་། གཞན་དབང་སྒྱེ་  
 བ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་དང་། ཡོངས་གྲུབ་ལ་དོན་དམ་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཞེས་  
 གསུངས་པའི་དོན་ཡང་དབུ་མ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ལ་གིན་དུ་འཐད་པ་ཡིན་ཏེ།  
 ཀུན་བརྟགས་པ་ནི་ཐ་སྙད་དུ་འང་རི་བོང་གི་རྩ་ལྟར་རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་མ་  
 གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་གྱི་དབང་ནི་སྒྲིབ་མ་ལྟར་རང་གི་བདག་ཉིད་གྱིས་སྒྱེ་བ་

མེད་ཀྱི། རྒྱ་དང་རྒྱུན་གཞན་ལ་རག་ལས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ནི་ཐ་  
སྟོན་དུའང་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའང་ཡིན་ལ། མི་  
སྐྱུ་བའི་ཕྱིར་དོན་དམ་པའང་ཡིན་པས་སོ། །རྣམ་རིག་པ་དག་གི་ལྟར་ན། གཞན་  
ཀྱི་དབང་ལ་སྐྱེ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་པར་གཞན་ལས་སྐྱེ་བར་  
ཁས་བླངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་འགག་པ་ཞར་བྱུང་དང་བཅས་པ་བཤད་ནས།  
ད་ནི་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལའང་གཉིས། དགག་  
པ་དངོས་དང་། མཐུག་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ནི། གཅེར་བུ་པ་དག་ན་རེ། ཕྱི་དང་  
ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་ནི་བདག་དང་གཞན་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་  
ལྟར། འཛིམ་པའི་གོང་བུ་དང་། དབྱུ་གུ་དང་། འཁོར་ལོ་དང་། རྩ་མཁན་ལ་  
སོགས་པ་ལས་བུམ་པ་འབྱུང་བར་འདོད་པ་ན། འཛིམ་པ་དང་། བུམ་པ་གཞན་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་གི་བདག་ཉིད་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་ཡིན་ལ། རྩ་མཁན་དང་།  
འཁོར་ལོ་ལ་སོགས་པ་ལས་བུམ་པ་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱང་བདག་དང་གཞན་གཉིས་ཀ་  
ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་བུམས་པ་ཆེ་རབས་གཞན་དུའང་སྟོག་གི་བདག་  
ཉིད་དུ་ཡོད་པ་ཁོ་ནས་སྐྱེ་བ་འདི་ལེན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་བདག་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཏེ།  
བུམས་པ་དང་སྟོག་གཉིས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གི་ཕྱིར། བ་མ་དང་།  
ཆོས་དང་། ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་། ཟག་པ་ལ་སོགས་པ་གཞན་དུ་གྱུར་པ་དག་ལས་



ཀྱང་སྒྲེ་བ་དེའི་ཕྱིར་གཞན་ལས་སྒྲེ་བའམ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་བདག་ལས་སྒྲེ་བ་  
 དང་། གཞན་ལས་སྒྲེ་བ་བཀག་པ་ན། ཁོ་བོ་ཅག་ལ་གཞོན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་ཁོ་  
 བ་ལས་སྒྲེ་བའམ། གཞན་ཁོ་ན་ལས་སྒྲེ་བར་ཁས་མ་སྒྲུངས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན།  
 དེའང་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། གཉིས་ལས་སྒྲེ་བའང་རིགས་པ་མ་ཡིན་གང་གི་ཕྱིར།  
 །བཤད་ཟིན་ཉེས་པ་ཐོག་ཏུ་འབབ་པ་ཉིད་ཕྱིར་རོ། །བདག་དང་གཞན་གཉིས་ཀ་  
 ལས་སྒྲེ་བའང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ལ་བཤད་ཟིན་  
 པའི་ཉེས་པ་དེ་དག་འདིར་ཡང་འབབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གི་ཕྱིར་བུམ་པ་དང་  
 བུམས་པ་འཛིམ་པ་དང་སྒྲོག་གི་བདག་ཏུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་སྒྲེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་དེ་  
 ལས་བྱུང་ན་ཡོན་ཏན་འགའ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་སོགས་ཉེས་པ་བཤད་ཟིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གི་ཕྱིར་དེ་དག་རྫོུ་མཁན་དང་། ལམོར་ལོ་དང་། དབྱ་གུ་ལ་  
 སོགས་པ་དང་། ཆོས་དང་། ཆོས་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ལས་  
 ཀྱང་སྒྲེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་གཞན་ཞིག་འབྱུང་བར་འགྱུར་ན་ནི། །  
 འོ་ན་མེ་ལྷེ་ལས་ཀྱང་མུན་པ་མཐུག་པོ་འབྱུང་འགྱུར་ཞིང་། །ཞེས་སོགས་ཉེས་པ་  
 བཤད་ཟིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་མཐུག་བསྐྱུ་བའི་ཕྱིར། འདི་ནི་འཛིག་རྟེན་དེ་ཉིད་  
 དུ་ཡང་འབྲད་མིན་ཏེ། །གང་ཕྱིར་རེ་རེ་ལས་སྒྲེ་འགྲུབ་པ་མེད་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་ཀ་ལས་སྒྲེ་བ་འདི་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 དུའང་འབྲད་པ་མིན་ཏེ། རེ་རེ་ལས་སྒྲེ་བ་བདེན་པ་གཉིས་ཀར་དུའང་བཀག་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་། དཔེར་ན་ཏིལ་གཅིག་གི་འབྲུ་མར་འབྱིན་པ་ན་མང་པོས་

ཀྱང་འབྱེན་ལ། བྱེ་མ་རེ་རེ་ལ་རྣམ་པ་མེད་པས་མང་པོས་ཀྱང་མི་རྣམ་པ་བཞིན།  
གང་གི་ཕྱིར་བདག་དང་གཞན་རེ་རེ་ལས་སྐྱེ་བ་འགྲུབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། གཉི་ག་  
ལས་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་རྒྱ་མེད་དུ་སྒྲུབ་དགག་པ་ལ། རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བ་སྐྱིར་དགག་  
འཇིག་རྟེན་ས་རོལ་མེད་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རོ་བོ་  
ཉིད་དུ་སྒྲུབ་དག་ན་རེ། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་རྣམས་རྒྱ་ལས་འབྱུང་ན་བདག་གམ་  
གཞན་ནམ་གཉི་ག་ལས་སྐྱེ་བ་འགྲུར་བ་ཞིག་ན། ཁོ་བོ་ཅག་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་རྒྱ་  
ལས་སྐྱེ་བར་ཁས་མ་སྒྲུངས་པས་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་ལ། དེའི་  
ཕྱིར་ཕྱི་དང་ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་ནི་རོ་བོ་ཉིད་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར།  
པད་མའི་རྒྱ་བ་དང་། འདབ་མ་དག་གི་རྒྱ་བ་པ་དང་། འཇམ་ཤ་དག་འགའ་ཞིག་  
བྱེད་པར་མ་མཐོང་ལ། དེའི་འདབ་མ་དང་། ཟེའུ་འབྲུ་དང་། ལྷེ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་  
དོག་དང་དབྱིབས་རྣམ་པ་སྣ་ཚོ་གསལ་དག་ཀྱང་བྱེད་པར་མ་མཐོང་ངོ་། །དེ་བཞིན་  
དུ་མ་བྱ་དང་། མཐིང་རིལ་དང་། བྱ་གག་ལ་སོགས་པ་ནང་གི་བདག་ཉིད་རྣམས་  
ལའང་འགའ་ཞིག་གིས་བཟུང་ནས། ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ལ་སོགས་པ་སྣ་ཚོ་གསལ་  
པ་འགོད་པར་མི་དམིགས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ནི་རོ་བོ་ཉིད་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་འང་མི་རིགས་ཏེ། གལ་ཏེ་རྒྱ་མེད་ཁོ་ནར་སྐྱེ་བར་འགྲུར་ན་ནི། །  
དེ་ཚེ་ཀུན་ལས་ཐམས་ཅད་རྟག་ཏུ་སྐྱེ་བར་འགྲུར། །འཇིག་རྟེན་པ་དག་འབྲས་བུ་  
འགྲུབ་ཕྱིར་ས་བོན་སོགས། །བརྒྱ་ཕྲག་སྒྲོ་ནས་སྤྱད་བྱེད་པར་ཡང་མི་འགྲུར་ངོ། །

གལ་ཏེ་ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་མེད་པར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ན་ནི་དེའི་ཆེ་རྒྱ་  
 དང་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ཀུན་ལས་འབྲས་བུ་དང་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་དུས་  
 ཏག་ཏུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར། རི་ལྟར་པ་ན་སའི་གིང་ཐོག་རང་གི་ས་བོན་  
 རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ལས་སྐྱེ་བ་ལྟར། ལུ་ལྷ་ལ་སོགས་པའང་རྒྱ་མ་ཡིན་པས་དེ་དག་ལས་  
 གྱུར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་མ་ཡིན་པར་འདྲ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལུ་ལྷ་ལ་  
 སོགས་པའི་སྒྲིན་པ་དུས་ཀྱི་བྱུང་བར་ལ་ལྟོས་པ་དེའང་དུས་ཏག་ཏུ་ཡོད་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། དུས་ལ་མི་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཡུལ་དུས་  
 ཐམས་ཅད་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ན་དེའང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའང་རིགས་པ་དང་  
 འགལ་བར་མ་ཟད་མཐོང་བ་དང་ཡང་འགལ་བར་འགྱུར་ཏེ། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་  
 རྣམས་རྒྱ་མེད་པ་ཁོ་ནར་འབྱུང་བ་ཡིན་ན། འཇིག་རྟེན་པ་འདི་དག་གིང་ཐོག་དང་  
 འབྲུ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་འགྲུབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་དེ་དང་དེའི་ས་བོན་ལ་  
 སོགས་པའི་རྒྱ་ལ་དཀའ་བ་བརྒྱ་ཕྲག་གི་སྒྲོ་ནས་སྤྱད་ཅིང་འབད་བ་བྱེད་པར་ཡང་  
 མི་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། བྱེད་པའང་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ངོ་བོ་  
 ཉིད་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་རྒྱ་ཡིས་སྟོང་ན་ནམ་  
 མཁའ་ཡི། །ལྷུང་པ་ལ་ཡི་དྲི་མདོག་རི་བཞིན་གཟུང་དུ་མེད་འགྱུར་ན། །གིན་ཏུ་  
 བཀྲ་བའི་འཇིག་རྟེན་འཛིན་པའང་ཡིན་དེའི་ཕྱིར། །རང་གི་སྒྲོ་བཞིན་འཇིག་རྟེན་  
 རྒྱ་ལས་འབྱུང་གེས་ཀྱིས། །གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་རྣམས་རྒྱ་ཡིས་སྟོང་བ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི།  
 རི་ལྟར་ནམ་མཁའ་ལྷན་ལ་ཀྱི་དྲི་དང་མདོག་མཐོང་བའི་ལམ་དུ་མི་འགྱུར་བ་དེ་



བཞིན་དུ་རང་གི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པས་གཟུང་དུ་མེད་པར་འབྱུང་ན། བྱི་དང་ནང་གི་འཛིག་རྟེན་འདི་དག་ནི། རང་རང་གི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པས་འཛིན་པར་ཡང་དམིགས་པ་དེའི་བྱིར། ཇི་ལྟར་རྒྱང་འཕེན་རང་གི་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པར་སྒྲུང་བའི་སྒྲོན་མས་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་མི་འབྱུང་བས། དེ་དག་ལས་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ་བྱི་ནང་གི་འཛིག་རྟེན་འདི་དག་གྱང་རང་རང་གི་རྒྱ་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །

གཉིས་པ་འཛིག་རྟེན་ལ་རོལ་མེད་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པ་ནི། འབྱུང་བ་རྒྱར་སྒྲུབ་པ་དག་ན་རེ། སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་འབྱུང་བ་ལས་བྱུར་པ་དག་གི་རྒྱ་མཐོང་བཞིན་པ་ལ་ནི་བསྒྲོན་པར་རྣམས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མཐོང་བའི་བྱིར་དང་། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ཉེས་པར་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་བྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་མཐའ་དག་སྒྲེས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ནི་བཞི་སྟེ། ས་དང་རྩ་དང་མེ་དང་རྒྱ་དང་རྣམས་སོ། ། དེ་དག་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པའི་བྱུང་པར་ལས། བརྒྱ་དང་། བལ་པོ་སེའུ་ལ་སོགས་པ་དག་དང་། མ་བྱ་དང་། བྱ་གག་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་དོག་དང་། དབྱིབས་རྣམ་པ་སྒྲུ་ཚོགས་མཐོང་བཞིན་པ་རྣམས་འབྱུང་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་གྱི། སྒྲོའི་དངོས་པོ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྒྲུ་ཚོགས་ཡོངས་སུ་གཙོད་པ་དག་གྱང་དེ་ལས་སྒྲེ་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། དཔེར་ན་ཆན་དང་ཕབས་ལ་སོགས་པ་ཐུད་པའི་འབྱུང་བའི་བྱུང་པར་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་ལས་སྒྲོག་ཆགས་རྣམས་སྒྲོས་པར་བྱེད་པའི་རྣམས་པ་སྒྲེ་བ་དེ་བཞིན་དུ། བྱུ་བ་དང་བྲག་གི་རུར་རུར་པོ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བའི་བྱུང་པར་ཡོངས་



བདག་ཅན་མ་ཡིན་ན། །གང་ལ་ཡིད་ཀྱི་མུན་མཐུག་འདི་ཉིད་དུ་ཡོད་པ། །དེས་ནི་  
 ཇི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ལ་རོལ་ཏོགས་པར་འགྱུར། །དཔེར་ན། རབ་རིབ་ཀྱིས་བསྐྱེད་  
 པའི་མིག་ཅན་གྱིས་ནམ་མཁའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲ་གཉིས་སྒྲར་བ་ན། དེ་ལས་  
 གཞན་པ་སྒྲ་གད་དར་སྒྲར་མ་ལ་སོགས་པ་སྒྲར་བ་དག་ཀྱང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་  
 པ་བཞིན་དུ་ས་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་བ་དེ་དག་ཕྱི་དང་ནང་གི་དངོས་པོ་ཀུན་གྱི་  
 རྒྱར་གྱུར་པའི་བདག་ཉིད་གང་ཞིག་ཏུ་རྒྱར་འཕེན་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་དེ་  
 ལྟར་ས་སོགས་དེ་དག་དེའི་བདག་ཉིད་ཅན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་འབྱུང་  
 བ་འབའ་ཞིག་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ན། ཕྱི་རོལ་ས་རྟོལ་སོགས་པ་ལའང་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། དེའི་འབྲས་བུ་དབུགས་འབྱུང་རུབ་སོགས་དམིགས་པར་  
 ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རྒྱར་འཕེན་གང་ལ་མི་ཤེས་པའི་ཡིད་ཀྱི་མུན་པ་མཐུག་པོ་  
 འཇིག་རྟེན་འདི་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་ས་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་མཛོན་དུ་གྱུར་པ་  
 དག་ལའང་ཡོད་པ་དེས་ཇི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ལ་རོལ་གིན་ཏུ་སྒྲ་བ་ལྟའི་མིག་གི་སྒྱོད་  
 ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་ཡང་དག་པར་ཏོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ནི་མི་སྤྱིད་དོ། །གཞན་  
 ཡང་། འཇིག་རྟེན་ལ་རོལ་འགོག་པའི་དུས་སུ་བདག་ཉིད་ནི། །ཤེས་བྱའི་རང་  
 བཞིན་ལོག་པར་ལྟ་བར་ཏོགས་བྱས་ཏེ། །དེ་ཡི་ལྟ་བའི་རྣམ་པའི་རྟེན་མཚུངས་  
 ལུས་ལྟན་ཕྱིར། །གང་ཆེ་འབྱུང་བ་ཡོད་ཉིད་ཁས་ལེན་དེ་ཆེ་བཞིན། །རྒྱར་འཕེན་  
 དེའི་གནས་སྐབས་ནི་གཉིས་ཏེ། འདི་ལྟར། འབྱུང་བའི་རང་བཞིན་བདེན་པར་  
 ཁོང་དུ་རྒྱད་པའི་གནས་སྐབས་དང་། འཇིག་རྟེན་ལ་རོལ་ལ་སྒྱུར་བ་འདེབས་པའི་



གནས་སྐབས་སོ། །དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་མེད་དོ་ཞེས་འགོག་པར་བྱེད་པའི་  
 དུས་སུ་རྒྱུང་འཕེན་བདག་ཉིད་ནི། ཤེས་བྱའི་རང་བཞིན་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ལྷ་བར་  
 རྟོགས་པར་བྱ་སྟེ། སྤྱིན་ཅི་ལོག་དེའི་ལྷ་བའི་རྣམ་པའི་རྟེན་དུ་མཚུངས་པའི་འབྱུང་  
 བའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ལུས་དང་ལྷན་པའི་སྤྱིར། གང་གི་ཆེ་འབྱུང་བའི་བདག་ཉིད་  
 བདེན་པར་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཁས་ལེན་པ་དེའི་ཆེ་ཤེས་བྱའི་རང་བཞིན་སྤྱི་ཅི་ལོག་ལྷ་  
 བ་བཞིན་མོ། །གལ་ཏེ་འབྱུང་བའི་བདག་ཉིད་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཁས་ལེན་པ་དེའི་ཆེ་  
 ཤེས་བྱ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་པའི་སྤྱིར་དཔེ་མ་གྲུབ་བོ་སྟམ་ན། དེའང་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། འབྱུང་བ་དེ་དག་ཇི་ལྷར་མེད་པར་བཤད་ཟིན་ཏེ། །གང་གི་སྤྱིར་ན་  
 གོང་དུ་རང་ག་ཞན་གཉིས་ཀ་དང་། །རྒྱ་མེད་སྟེ་བ་བྱན་མོང་དུ་ནི་བཀག་ཟིན་སྤྱིར། །  
 མ་བཤད་འབྱུང་བ་ལྷ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་མོ། །འབྱུང་བ་དེ་དག་ཇི་ལྷར་བདེན་  
 པའི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་པ་དེ་ལྷར་ནི་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་བཤད་ཟིན་ཏེ། གང་གི་  
 སྤྱིར་གོང་དུ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བྱན་མོང་དུ་རང་དང་ག་ཞན་དང་གཉིས་ཀ་དང་  
 རྒྱ་མེད་པ་ལས་སྟེ་བ་བཀག་ཟིན་པའི་སྤྱིར་རང་བཞིན་མེད་པར་མ་བཤད་པའི་  
 འབྱུང་བ་བདེན་པ་བ་ལྷ་ག་ལ་ཞིག་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་མོ། །དེའི་སྤྱིར་  
 འབྱུང་བ་དག་ལ་རང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་དཔེ་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ། །དེ་བཞིན་  
 དུ་ཐམས་ཅད་མཆིན་པ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་དང་། དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་། མེད་  
 པ་དང་། དབང་ལྷག་དང་། དུས་དང་། རྒྱལ་དང་། རང་བཞིན་ལ་སོགས་པར་སྒྲི་  
 བ་ན། རྟོག་པ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཉིད་དུ་སྒྲུབ་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྷར། རྟོགས་པའི་

སངས་རྒྱལ་འགོག་པའི་དུས་སུ་བདག་ཉིད་ནི། །ཤེས་བྱའི་རང་བཞིན་ལོག་པར་  
ལྷ་བར་རྟོགས་བྱ་སྟེ། །དེ་ཡི་ལྷ་བའི་རྣམ་པའི་རྟོན་མཚུངས་ལུས་ལྷན་ཕྱིར། །གང་  
ཆེ་འབྱུང་བ་ཡོད་ཉིད་ཁས་ལེན་དེ་ཆེ་བཞིན། །ཅེས་སོགས་འདོན་པ་བསྒྱུར་ཞིང་  
བྱ་སྟེ། ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་མཐར་ལྷ་བ་ཐམས་ཅད་དགག་པར་འདོད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐལ་བ་འདི་བྱོད་ལའང་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ།  
ཁོ་བོ་ལ་ལོག་པར་སྒྱབ་པའི་དབེ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དབེ་མེད་པ་མ་ཟད། འཇིག་  
རྟོན་གཞན་ཉིད་ཡོད་པར་རྟོག་པའི་དུས་སུ་བདག་ །ཤེས་བྱའི་རང་བཞིན་དམ་  
པའི་དོན་ནི་རྟོགས་པར་ཤེས་བྱ་སྟེ། །དེ་ཡི་ལྷ་བའི་རྣམ་པའི་རྟོན་མཚུངས་ལུས་  
ལྷན་ཕྱིར། །གང་ཆེ་བདག་མེད་རྟོགས་པར་ཁས་ལེན་དེ་ཆེ་བཞིན། །ཞེས་ཀྱང་  
བརྗོད་པར་རྣམ་པ་ཡིན་ནོ། །འདིར་ཡང་དབེ་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་མེད་པར་  
རིགས་པས་བསྒྱུབས་གིང་སྒྱབ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྟན་པ་ལ། དངོས་དང་།  
ཚུད་པ་སྤང་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་རྣམས་བདག་དང་  
གཞན་དང་གཉིས་ཀ་དང་རྒྱ་མེད་པ་ལས་མི་སྟེ་ན། ཇི་ལྟར་སྟེ་ཞེ་ན། གང་གི་ཕྱིར་  
ན་བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་ལས་སྟེས་དང་། །རྒྱ་ལ་མ་ལྟོས་མེད་པས་དངོས་རྣམས་  
རང་བཞིན་བྱལ། །གལ་ཏེ་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་རང་བཞིན་འགའ་ཞིག་ཡོད་ན་སྟེ་  
བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཞན་མི་སྟེ་དེ་པའི་ཕྱིར་མཐའ་བཞི་གང་རུང་ལས་སྟེ་  
དགོས་ན་གང་གི་ཕྱིར། གོང་དུ་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་བདག་དང་གཞན་

དང་གཉིས་ཀ་དང་རྒྱ་ལ་མ་ལྟོས་པར་སྐྱེ་བ་མེད་པས་དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་རྣམས་  
 རང་བཞིན་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཐ་སྙད་དུ་ནི་མཐའ་བཞིའི་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་  
 བོར་ནས་ས་བོན་ལས་ཐུག་སྐྱེའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
 འབྱུང་བ་རྒྱུན་འདི་པ་ཙམ་ནི་དགག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ས་བོན་དང་ཐུག་  
 གུ་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་ཡིན་ཡང་སྤྲ་སྟེ་བདག་ལས་སྐྱེ་བ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་  
 རྟོག་པ་ལས་མི་འདའོ་ཞེ་ན། ས་བོན་དང་ཐུག་དག་ལ་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཅིག་  
 ཡོད་ན། གཅིག་གམ་ཐ་དད་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལས་མི་འདའ་བར་རིགས་ནའང་།  
 འདི་དག་ནི་མི་ལམ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཅིག་  
 དང་ཐ་དད་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཅིག་དང་ཐ་  
 དད་ལ་སོགས་པ་ནི། དངོས་པོའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ས་བོན་རང་  
 བཞིན་མེད་ན་ཐུག་རྒྱ་མེད་པ་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ས་བོན་རི་བོང་གི་རྩ་  
 ལྷར་གཏན་མེད་པར་ཁས་ལེན་ན་ཉེས་པ་དེར་འགྱུར་ཀྱང་བདེན་པའི་རང་བཞིན་  
 མེད་པ་ཡིན་གྱི་གཏན་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ས་བོན་གྱི་ཐ་སྙད་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་བས་ན་དབུ་མ་པ་དག་གིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 གྲས་པ་ན། གཏན་མེད་པར་ཁས་སྒྲུངས་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་སྤྲ་མ་ལ་སོགས་  
 པ་བཞིན་དུ་བརྟུན་པའི་རང་བཞིན་གྲས་པ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་  
 པར་ཁས་སྒྲུངས་པ་ནའང་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཁས་སྒྲུངས་པའི་ཕྱིར། ལྟོང་  
 པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་འགལ་བར་བརྟུད་དུ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །



གཉིས་པ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་མཐོང་བའི་ལམ་དུ་མི་  
 འགྱུར་བའི་ཚུད་པ་སྤང་བ་ནི། གལ་ཏེ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ན་འདི་དག་མདུན་  
 དུ་སྤང་ཞིང་མཐོང་བའི་ལམ་དུ་འགྱུར་བ་ཅི་ཞེན། གཏི་མུག་སྤྱག་པོ་སྤྲོན་ཆོག་ས་ལྟ་  
 བུས་འཛིག་རྟེན་དག། །བསྐྱབས་པ་དེས་ན་ཡུལ་རྣམས་ལོག་པར་སྤང་བར་འགྱུར། །  
 རམ་མཁའི་རང་བཞིན་སྤྲོ་བ་པར་བྱེད་པའི་ཆར་སྤྲོན་གྱི་ཆོག་ས་ལྟ་བུའི་གཏི་མུག་  
 གི་སྤྲོ་བ་པ་སྤྱག་པོས་འཛིག་རྟེན་པ་དག་གིས་སྤྲོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་  
 སྤྲོང་བ་ཉིད་མཐོང་བར་བསྐྱབས་པའི་བྱིར་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་རྣམས་ལོག་  
 པར་སྤང་ཞིང་དམིགས་པར་འགྱུར་རོ། །གཏི་མུག་གིས་བསྐྱབས་པའི་དབང་གིས་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མི་མཐོང་བར་འགྱུར་ལ་རག་མོད། བྱིན་ཅི་ལོག་དུ་མཐོང་བ་ནི་ལྟར་  
 ཞེན། མ་རིག་པའི་དབང་གིས་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པའང་དེ་ལྟ་བུར་སྤང་བ་དཔེའི་སྒྲོ་  
 རས་གསལ་བར་བྱ་བའི་བྱིར། རབ་རིབ་མཐུ་ཡིས་འགའ་ཞིག་སྤྲོ་གད་ཟླ་གཉིས་  
 དང་། །མ་བྱའི་མདོངས་དང་སྤང་མ་ལ་སོགས་འཛིན་བྱེད་པ། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་  
 གཏི་མུག་དབང་གིས་མི་མཁས་པས། །སྒྲོ་ཡིས་འདུས་བྱས་སྤྲོ་ཆོག་ས་ཉིད་ནི་རྟོགས་  
 པར་འགྱུར། །རི་ལྟར་རབ་རིབ་ཀྱི་མཐུ་ཡིས་རབ་རིབ་ཅན་འགའ་ཞིག་ལ་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་སྤྲོ་གད་དང་ཟླ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ།  
 གཏི་མུག་གི་དབང་གིས་མི་མཁས་པ་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གྲུང་འབྲུལ་པའི་སྒྲོས་བྱི་  
 རང་གི་འདུས་བྱས་སྤྲོ་ཆོག་ས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་རྟོག་པར་འགྱུར་རོ། །མེད་བཞིན་  
 དུ་སྤང་བའི་འབྲུལ་པ་འདི་རི་ལྟར་རྟོག་པར་འགྱུར་ཞེན། ལས་ནི་གཏི་མུག་བརྟེན་

འབྱུང་གཏི་མུག་མེད་པར་དེ། །མི་འབྱུང་ཞེས་བྱ་བ་མི་མཁས་ཁོ་ནས་རྟོགས་ཅིང་  
 ལ། །སྒོ་བཟང་ཉི་མས་མུན་པ་སྤྱག་པོ་རྣམ་བསལ་བའི། །མཁས་པ་རྣམས་ནི་  
 སྟོང་ཅིང་རྟོགས་ནས་གྲོལ་བར་འགྱུར། །བསོད་ནམས་དང་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་  
 བ་ལ་སོགས་པའི་ལས་རྣམས་ནི་དངོས་པོར་འཛིན་པའི་རྒྱ་ཅན་བདག་ཏུ་འཛིན་  
 པའི་རང་བཞིན་གྱི་གཏི་མུག་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། མདོ་  
 ལས། མ་རིག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཞེས་པ་དང་། མ་རིག་པ་དང་རྗེས་  
 སུ་འབྲེལ་བའི་གང་ཟག་འདི་ནི་བསོད་ནམས་མཛོན་པར་འདུ་བྱ་བ་དང་། བསོད་  
 རྣམས་མ་ཡིན་པར་མཛོན་པར་འདུ་བྱ་བ། མི་གཡོ་བ་མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་དོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །གཏི་མུག་མེད་པར་ལས་དེ་རྣམས་མི་འབྱུང་སྟེ། མ་  
 རིག་པ་འགགས་པས་འདུ་བྱེད་འགག་ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་མི་  
 མཁས་པ་བྱིས་པ་དག་ཁོ་ནས་མ་རིག་པ་ལས་འདུ་བྱེད་སོགས་ཡང་དག་པར་  
 འབྱུང་བར་རྟོག་གིང་མཛོན་པར་ཞེན་པར་འགྱུར་གྱི། བདེན་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཅིང་  
 མཐོང་བའི་སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཉི་མས་མི་ཤེས་པའི་མུན་པ་སྤྱག་པོ་རྣམ་པར་  
 གསལ་བའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་མ་རིག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འདུ་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་  
 བར་རྟོགས་པ་ན། འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པ་སྟོང་པ་ཅིང་དུ་རྟོགས་  
 རྣམ་མ་རིག་པ་སྟོང་ཞིང་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱང་ཉེ་བར་མི་ལེན་ཏེ། དེའི་བྱིར་ལའོར་  
 བ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་རང་བཞིན་མེད་ན་ཐ་སྙད་དུ་  
 ཡོད་པར་འགལ་བའི་རྩྱུང་པ་སྤྱང་བ་ནི། གལ་ཏེ་དངོས་རྣམས་དེ་ཅིང་དུ་མེད་ན། །

ཐ་སྐད་དུ་ཡང་མོ་གཤམ་བུ་ཇི་བཞིན། །དེ་དག་མེད་པ་ཉིད་འགྱུར་དེ་ཡི་ཕྱིར། །དེ་  
 དག་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོད་ཅེ་ན། །གལ་ཏེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་འདི་  
 དག་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་མེད་ན། མོ་གཤམ་གྱི་བུ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་ཀུན་རྫོང་བ་རྟུང་  
 མེད་པར་འགྱུར་ན། ཀུན་རྫོང་བ་རྟུང་ཡོད་པ་དེའི་ཕྱིར་གཟུགས་སོགས་དེ་དག་རང་  
 བཞིན་གྱིས་ཡོད་ཅེ་ན། འདི་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། གང་དག་རབ་རིབ་ཅན་སོགས་  
 ཡུལ་གྱུར་པ། །སྐྱེ་ཤད་ལ་སོགས་དེ་དག་མ་སྐྱེས་པས། །རེ་ཞིག་དེ་དག་ཉིད་ལ་  
 བརྟུང་བྱ་སྟེ། །ཕྱི་ནས་མ་རིག་རབ་རིབ་རྗེས་འབྲེལ་ལའོ། །གང་དག་རབ་རིབ་  
 ལ་སོགས་པས་མི་ཉམས་པར་བྱས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་སྐྱེ་ཤད་ལ་  
 སོགས་པ་དང་མོ་གཤམ་གྱི་བུ་ལ་སོགས་པ་མ་སྐྱེས་པར་མཚུངས་པས། ཅིའི་ཕྱིར་  
 བྱེད་ཅག་གིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྐྱེ་ཤད་ལ་སོགས་པ་མཐོང་གི་མོ་གཤམ་གྱི་བུ་  
 ལ་སོགས་པ་མ་ཡིན་ཞེས་རེ་ཞིག་རབ་རིབ་ཅན་དེ་དག་ཉིད་ལ་བརྟུང་པར་བྱ་ལ།  
 ཕྱིས་ནས་ཅིའི་ཕྱིར་མ་སྐྱེས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མཐོང་ལ་མོ་  
 གཤམ་གྱི་བུ་མ་ཡིན་ཞེས་མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་ཀྱིས་སྒྲོའི་མིག་རྗེས་སུ་འབྲེལ་  
 ཞིང་བསྐྱབས་པ་རྣམས་ལ་བརྟུང་ཞིང་བརྟག་པར་བྱ་དགོས་སོ། །ཁོ་བོ་ཅག་ལ་ནི་  
 བརྟུང་ཞིང་བརྟག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ཁོ་བོ་ཅག་ནི་རྣལ་འབྱོར་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་དངོས་པོ་རྣམས་འདི་ལྟར་གཟིགས་ཤིང་གང་དག་རྣལ་འབྱོར་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་ཐོབ་པར་འདོད་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཇི་སྐད་  
 བཤད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་ལྟག་པར་མོས་པར་བྱའོ་ཞེས་ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་པོ་



ནམས་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་འཆད་པར་ཞུགས་པ་ཡིན་གྱི། རང་གི་ཤེས་པ་ལ་  
 ལྟོས་ནས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་བོ་ཅག་ནི་མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་ཀྱིས་སྤྱོད་གྲོས་ཀྱི་མིག་  
 བསྐྱེབས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མདོར་ན་མ་སྐྱེས་པར་མཆུངས་ཀྱང་རབ་རིབ་ཅན་  
 ལ་སྤྱོད་ཤད་སོགས་སྒྲུང་བ་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་སོགས་མི་སྒྲུང་བ་ལྟར། རང་བཞིན་མེད་  
 པར་མཆུངས་ཀྱང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དང་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ལ་སོགས་པ་བྱིས་  
 པ་ནམས་ཀྱི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་དང་མི་འགྱུར་བ་འགལ་བ་མེད་དོ་ཞེས་པའོ། །  
 རབ་རིབ་ཅན་ལ་བརྒྱལ་ཞིང་བརྟག་པ་ཡར་འདུག་ཅིག རེ་ཞིག་འདི་བྱོད་ཉིད་ལ་  
 ཆེར་བརྒྱལ་ཞིང་བརྟག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་པ། གལ་ཏེ་མི་ལམ་དྲི་ཟེའི་  
 བྱོད་བྱིར་བཅས། སྤྱི་གཟུང་ཁུ་དང་མིག་འཕྲུལ་གཟུགས་བརྟན་སོགས། སྤྱི་  
 མེད་མཐོང་ན་ཡོད་ཉིད་མིན་མཆུངས་ཀྱང་། བྱོད་ལ་ཇི་ལྟར་དེར་འགྱུར་དེ་མི་  
 རིགས། བྱོད་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་རེས་འགའ་མི་ལམ་དང་། དྲི་ཟེའི་བྱོད་བྱིར་ལ་སོགས་  
 པ་སྤྱི་བ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་འགའ་ཞིག་མཐོང་བ་ན་དོན་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་  
 མིན་པར་མཆུངས་ཀྱང་། བྱོད་ལ་ཇི་ལྟར་ན་མི་ལམ་སོགས་མཐོང་ལ་མོ་གཤམ་གྱི་  
 བྱ་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བ་མ་ཡིན་པ་དེར་འགྱུར་ཞེས་རང་ལ་བརྒྱལ་ཞིང་བརྟག་པ་  
 ཀྱིས་དང་། ཕྱིས་ནས་རེད་ལའང་བརྒྱལ་ཞིང་བརྟག་པ་བྱས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་  
 བས་ན་གཟུགས་སོགས་རང་བཞིན་མེད་ན་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་དང་ཡོད་མེད་མཆུངས་  
 སོ་ཞེས་སྤྱོད་བ་དེ་མི་རིགས་སོ། །གཞན་ཡང་། དེ་ཉིད་དུ་འདི་ཇི་ལྟར་སྤྱི་མེད་ཀྱང་། །  
 མོ་གཤམ་བྱ་ལྟར་གང་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་གྱི། མཐོང་བའི་ཡུལ་དུ་མི་འགྱུར་མ་ཡིན་

པ། །དེ་ཡི་བྱིར་ན་སྒྲིན་འདི་མ་ངེས་སོ། །རི་སྐད་དུ། མདོ་ལས། འགྲོ་བ་དག་ནི་མི་  
 འདྲར་བཤད། །དེ་ཉིད་དུ་ནི་རྣམ་མ་བཞག། །མི་ལམ་གང་ལ་དངོས་པོ་མེད། །  
 ལོག་པའི་སྒྲོ་ལྷན་མདོན་པར་ཞེན། །དྲི་བའི་གྲོང་ཁྱེར་རི་ལྷར་སྒྲུང་གྲུང་། །  
 གྲོང་ཁྱེར་སྤྱོད་གསལ་བཅུར་ཡོད་མིན་གཞན་ནའང་མེད། །གྲོང་ཁྱེར་མིང་ཅམ་ཞིག་གིས་  
 རབ་དུ་བཞག། །དེ་བཞིན་བདེ་བར་གསེགས་པས་འགྲོ་འདི་གཟིགས། །ཁུ་ཡི་འདུ་  
 ཤེས་ཅན་གྱིས་ནི། །མཐོང་ཡང་སྒྲིག་ཁུ་ལ་ཁུ་མེད། །དེ་བཞིན་ཡོངས་སུ་རྟོག་པས་  
 དགྲུགས། །སྤྱག་པ་མིན་ལ་སྤྱག་པར་རྟོག། །མེ་ལོང་གིན་དུ་ཡོངས་དག་ལ། །རི་  
 ལྷར་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡི། །གཟུགས་བརྒྱན་སྒྲུང་བ་དེ་བཞིན་དུ། །སྒྲོན་པ་ཆོས་  
 རྣམས་ཤེས་པར་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པའི་ལུང་ལས་གྲུང་། །གཟུགས་ལ་སོགས་  
 བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་སྒྲེ་བ་མེད་གྲུང་མོ་གཤམ་གྱི་བུ་ལྷར་བ་སྒྲུང་དུ་འཛིག་རྟོན་གྱི་  
 མཐོང་བའི་ཡུལ་དུ་མི་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ་དེའི་བྱིར། །གལ་ཏེ་དངོས་རྣམས་དེ་ཉིད་  
 དུ་མེད་ན། །ཐ་སྒྲུང་དུ་ཡང་མོ་གཤམ་བུ་རི་བཞིན། །ཞེས་པའི་སྒྲིན་བ་འདི་ཁྱོད་རང་  
 ཉིད་ལ་མ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྷར་ན་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དང་པོ་གཉིས་གྱིས་ནི་  
 རང་ལ་གྲགས་པའི་དཔེའི་སྒྲོ་ནས་མ་ངེས་པར་བསྟན་ནས། །ཐ་མས་ནི་ལུང་གི་སྒྲོ་  
 རས་མ་ངེས་པར་བསྟན་ཏོ། །དེ་བས་ན་དབུ་མ་པ་ལ་ནི་རི་སྐད་བཤད་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 བཀྲལ་ཞིང་བརྟག་པ་བྱར་མེད་པ་ཁོ་ན་སྒྲེ། འདི་ལྷར་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་ཀུན་རྫོབ་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲེ་བར་ཁས་སྒྲུངས་ནས་དོན་དམ་པར་  
 འགོག་པ་མ་ཡིན་གྱི། །འོ་ན་ཅི་ཞེན། །མོ་གཤམ་བུ་ལ་རང་གི་བདག་ཉིད་གྱིས། །

སྟེ་བ་དེ་ཉིད་དུ་མེད་འཇིག་རྟེན་དུ་འདྲ་། །ཡོད་མེད་དེ་བཞིན་དངོས་འདིར་ཀུན་ངོ་  
 བོ། །ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་དེ་ཉིད་དུ་མ་སྟེས། །རི་ལྷ་ར་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ལ་རང་  
 གི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་སྟེ་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་གཉིས་ཀར་  
 དུ་འདྲ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་དངོས་པོ་འདི་ཀུན་གྱི་  
 རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་དང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཉིས་ཀར་དུ་སྟེ་བ་མེད་པ་  
 ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟོ་ལ་མ་སྟེས་པར་རང་གི་མཚན་  
 ཉིད་ཀྱི་སྟེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དོན་དོ། །གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟ་ཡིན་པ། དེ་ཕྱིར་འདི་ལྟར་  
 སྟོན་པས་ཆོས་རྣམས་ཀུན། །གདོད་ནས་ཞི་ཞིང་སྟེ་བྱ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས། །ཡོད་ས་  
 སུ་མུང་རན་འདས་པ་གསུངས་གྱུར་པ། །དེ་ཕྱིར་རྟག་དུ་སྟེ་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །རི་  
 སྐད་དུ་མདོ་ལས། ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་བསྐྱར་བ་ན། །གདོད་ནས་ཞི་ཞིང་མ་སྟེས་པ། །  
 རང་བཞིན་སྟེ་བ་རན་འདས་པ་ཡི། །ཆོས་རྣམས་མགོན་པོ་བྱེད་ཀྱིས་བསྟན། །ཞེས་  
 སྟོན་པ་བཅོམ་ལྟར་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་ཀུན་ལ་  
 རྟག་དུ་སྟེ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཡེ་ཤེས་ཞི་བའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཆོས་  
 རྣམས་ཞི་བའོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རང་གི་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མ་སྟེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། རང་བཞིན་གྱིས་སྟེ་བ་ལས་འདས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གདོད་མ་  
 རས་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྣལ་འབྱེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཁོ་ནར་མ་སྟེས་པ་  
 མ་ཡིན་གྱི། དེའི་གོང་རོལ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཐ་སྙན་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་འདྲ་ཆོས་  
 རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྟེས་སོ་ཞེས་པའི་དོན་དོ། །དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་



བསྒྲོར་བའི་དུས་སུ་ཚེས་རྣམས་སྟོན་གྱིས་བསྟན་ཏོ་ཞེས་ཡིན་ཏན་ལུ་དུ་བྱུང་བ་  
 བརྗོད་པའི་སྒྲོན་མ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྒྲིབ་པ་རྣམ་  
 པར་སེལ་བས་བསྟོད་དོ། །གཞན་ཡང་རང་གི་སྡེ་པ་མདོ་སྡེ་པ་དང་། རྩེ་བྲག་སྒྲིབ་  
 པ་ལ་སོགས་པས་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་དོན་དམ་པར་མེད་ན་ཐ་སྙད་དུ་འཇུག་མེད་དོ་  
 ཞེས་བཀལ་ཞིང་བརྟག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་གྲུབ་མཐའ་ལ་གྲགས་པའི་  
 དཔེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར། བུམ་སོགས་འདི་དག་དེ་ཉིད་དུ་མེད་ཅིང་། །  
 འཇིག་རྟེན་རབ་ཏུ་གྲགས་པར་ཡོད་ཇི་བཞིན། །དེ་བཞིན་དངོས་རྣམས་ཐམས་  
 ཅད་འགྱུར་བས་ན། །མོ་གཤམ་བྱ་དང་མཚུངས་པར་ཐལ་མི་འགྱུར། རྩེད་རང་གི་  
 ལྟར་ན་འཇུག་བུམ་པ་དང་། རྟགས་ཚལ་ལ་སོགས་པ་བཏགས་པ་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་དུ་མེད་ཅིང་འཇིག་རྟེན་གྱི་རབ་ཏུ་གྲགས་པར་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
 གཟུགས་སོགས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེ་ལྟར་དུ་འགྱུར་བས་ན་དོན་དམ་པར་  
 མེད་ན་ཐ་སྙད་དུ་འཇུག་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་དང་མཚུངས་པར་གཏན་མེད་པར་ཐལ་བར་  
 མི་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་བུམ་པ་གདགས་པའི་རྟེན་ས་དང་ཆུ་ལ་སོགས་པ་རྩལ་སུ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར་བུམ་པར་བཏགས་པར་རིགས་ན། གང་གི་ལྟར་ན་ཚེས་ཐམས་ཅད་  
 བཏགས་པ་ཅམ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་ན་བཏགས་པའི་རྟེན་མེད་པའི་ཕྱིར་མོ་  
 གཤམ་གྱི་བྱ་ལྟར་ཐལ་བར་ཇི་ལྟར་མི་འགྱུར་ཞེན། དེའང་མི་རིགས་ཏེ། བཏགས་  
 པའི་རྟེན་ས་ལ་སོགས་པ་རྩལ་སུ་སྒྲིབ་པར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར། གཟུགས་  
 ལ་སོགས་པ་མ་གཏོགས་པ། །ཇི་ལྟར་བུམ་པ་ཡོད་མིན་ལྟར། །དེ་བཞིན་རྒྱུར་

སོགས་མ་གཏོགས་པར། །གཟུགས་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། དེ་  
བཞིན་དུ། ས་ཁུ་མེ་དང་རྒྱང་རྣམས་ནི། །རེ་རེ་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མེད། །གང་གསུམ་  
མེད་པར་རེ་རེ་མེད། །གཅིག་མེད་པར་ཡང་གསུམ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་གསུམ་མེད་  
རེ་རེ་འདྲ་མེད། །གཅིག་མེད་པར་ཡང་གསུན་མེད་ན། །སོ་སོ་རང་ཡོད་མ་ཡིན་ཏེ། །  
རི་ལྟར་འདུས་བྱས་སྒྲེ་བར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །  
དེའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་མེ་ལོང་དང་བཞིན་ལ་སོགས་པའི་ཚོགས་པ་བཏགས་པར་ཡོད་  
པ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་བརྒན་བཏགས་པ་ཙམ་དམིགས་པ་དང་། བཏགས་  
པར་ཡོད་པ་ཀ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱིམ་དུ་བཏགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་  
དུ་གིང་གི་རྟེན་ཅན་ནགས་བཏགས་པ་དང་། རི་ལྟར་སྒྲི་ལམ་ན་མ་སྒྲེས་པའི་རང་  
བཞིན་ཅན་གྱི་ས་བོན་ལས་མ་སྒྲེས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ལྷ་གྱ་སྒྲེ་བར་དམིགས་པ་  
དེ་བཞིན་དུ། དངོས་པོ་བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་བཏགས་པའང་བཏགས་  
པར་ཡོད་པའི་རྟེན་ཅན་དུ་རིགས་ཏེ། རི་སྐད་དུ། བརྟན་བཙོས་ལས། རི་ལྟར་  
སྟོན་པས་སྒྲུལ་པ་ནི། །རྩ་འཁྱུལ་ལུན་སུམ་ཚོགས་སྒྲུལ་ཞིང་། །ཞེས་པ་ནས། དྲི་  
ཟའི་གྲོང་ཁྱིམ་ལྟ་བུ་དང་། །སྒྲིག་རྒྱ་མི་ལམ་འདྲ་བ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་  
གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྒྲེ་བ་རྟེན་འབྲེལ་དུ་བརྟན་པ་ལ། དངོས་དང་།  
རྟེན་འབྲེལ་གྱི་པན་ཡོན་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་བྱོད་ཀྱིས་མཐའ་བཞི་  
ལས་སྒྲེ་བ་བཀག་ན་མ་རིག་པ་དང་འདུ་བྱེད་ལས་རྣམ་པར་གཤེས་པ་དང་། ས་བོན་

སོགས་ལས་སྐྱ་གུ་སོགས་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་སྒྲེ་བ་ཇི་ལྟར་ངེས་ཞེ་ན། འདི་ལ་བརྗོད་པ།  
 གང་ཕྱིར་རྒྱ་མེད་པ་དང་དབང་ཕྱུག་གི། རྒྱ་ལ་སོགས་དང་བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་  
 ལས། །དངོས་རྣམས་སྒྲེ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ། །དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་རབ་ཏུ་སྒྲེ་  
 བར་འགྱུར། །གང་གི་ཕྱིར་ཇི་སྒྲིད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྒྱ་མེད་པ་དང་། དབང་  
 ཕྱུག་དང་། རུལ་དང་། རང་བཞིན་དང་། སྒྲིས་བྱ་དང་། སྒྲིད་མེད་གྱི་བྱ་ལ་སོགས་  
 པ་དང་། བདག་དང་གཞན་དང་གཉིས་ཀ་ལས་ཕྱི་དང་ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་  
 བདེན་པ་གཉིས་ཀར་དུ་སྒྲེ་བ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར། འཇིག་རྟེན་གྱི་བྲ་སྒྲིད་མི་བཅང་  
 པའི་དོན་དུ་ས་བོན་ལ་སོགས་པ་སྒྲུང་ཆོད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱ་གུ་ལ་  
 སོགས་པའི་འབྲས་བུ་འདི་དག་རབ་ཏུ་སྒྲེ་བར་འགྱུར་ཞེས་པ་འདི་ཙམ་ཞིག་ལ་  
 བརྟེན་པར་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་མདོ་ལས་ཀྱང་། དེ་ལ་ཆོས་ཀྱི་བརྟེན་ཅི་འདི་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་ཡོད་པས་འདི་འབྱུང་། འདི་སྒྲིས་པས་འདི་སྒྲེ་སྒྲེ། གང་འདི་མ་རིག་པའི་རྒྱུན་  
 གྱིས་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། འདི་ཡོད་པས་ན་འདི་འབྱུང་  
 དཔེར། །རིང་པོ་ཡོད་ན་ཐུང་དུ་བཞིན། །འདི་སྒྲིས་པས་ན་འདི་སྒྲེ་དཔེར། །མར་  
 མེ་ཐུང་བས་འོད་བཞིན་ལོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་། བྱེད་  
 པོ་ལས་ལ་བརྟེན་བྱས་ཤིང་། །ལས་ཀྱང་བྱེད་པ་པོ་ཅིང་ལ། །བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་  
 མ་གཏོགས་པར། །འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ནི་མ་མཐོང་ངོ། །དེ་བཞིན་ཅིར་ལེན་ཤེས་པར་  
 བྱ། །ལས་དང་བྱེད་པོ་བསལ་ཕྱིར་ངོ། །བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་དག་གིས། །དངོས་  
 པོ་ལྷག་མ་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་རྒྱུན་འདི་པ་ཙམ་གྱི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་



གསུངས་སོ། །དེ་ལ་རྒྱུ་འདི་པ་ཙམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་གང་འབྲས་བྱ་གང་གི་  
 རྒྱུ་འཇིག་རྟེན་ན་གསལ་པ་དེ་ནི་དེའི་རྒྱ་ཡིན་གྱི། མི་སྣང་བའི་དབང་ལྷན་དང་།  
 རང་བཞིན་དང་། རྣམ་དང་། སྒྲིམ་བྱ་དང་། ཀྱན་གཞི་ལ་སོགས་པ་གཞན་གྱིས་  
 ཀྱན་བཏགས་པའི་རྒྱ་རྣམས་དང་བྲལ་བར་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དབུ་མ་པ་  
 དག་ནི། རྒྱུ་འདི་པ་ཙམ་གྱི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལས་ལེན་པར་བྱེད་གྱི།  
 མཐའ་བཞིའི་སྒྲེ་བ་ཐ་སྟོད་དུ་འང་ལས་ལེན་པར་མི་བྱེད་དེ། མཐའ་བཞིའི་སྒྲེ་བ་ནི་  
 རྟེན་འབྲེལ་དུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་དང་། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལས་ཉམས་  
 པའང་དབུ་མ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་མཐའ་བཞིའི་སྒྲེ་བ་ལ་རྟེན་འབྲེལ་  
 མི་རུང་ཞེ་ན། རྒྱ་མེད་པ་ནི་གང་ལའང་ལྟོས་པ་མེད་པ་ཡིན་ལ། རྟེན་འབྲེལ་ནི་  
 ལྟོས་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེན་འབྲེལ་དུ་མི་རུང་རོ། །རྒྱ་དང་འབྲས་བྱ་  
 གཞན་ཡིན་ན་དུས་མཉམ་པའི་ཀ་བ་དང་། བུམ་པ་བཞིན་དུ་ཕན་ཚུན་ལྟོས་པ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། གཅིག་ཡིན་ནའང་དེ་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། གཉིས་  
 ཀ་ཡིན་ནའང་ཉིས་པ་གཉིས་ཀར་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་བདག་དང་། གཞན་དང་།  
 གཉིས་ཀ་ལས་སྒྲེ་བ་དག་ལའང་རྟེན་འབྲེལ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་གང་ལ་  
 བརྟེན་ནས་གང་བྱུང་བ་དེ་ནི་དེ་ནི་དང་གཞན་དུ་འབྲད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བསྟན་  
 བཅོས་ལས་ཀྱང་། གང་ལ་རྟེན་ནས་གང་འབྱུང་བ། །དེ་ནི་རེ་ཞིག་དེ་ནི་མིན། །  
 དེ་ལས་གཞན་པའང་མ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ཕྱིར་ཆད་མིན་རྟག་པའང་མིན། །ཞེས་གང་  
 གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཕན་ཡོན་ནི། དེ་ལྟར་རྟེན་འདི་པ་ཙམ་གྱི་རྟེན་  
 ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་བཤད་པ་ན། རྒྱ་མེད་པ་ལས་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྟོག་  
 པ་འདི་ལྟོག་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་གྱི། གང་ཕྱིར་དངོས་པོ་རྟེན་ནས་རབ་འབྲུང་  
 བས། །རྟོག་པ་འདི་དག་བརྟག་པར་མི་རྣམས་པས། །དེ་ཕྱིར་རྟེན་འབྲུང་རིགས་པ་  
 འདི་ཡིས་ནི། །ལྟ་ངན་དྲ་བ་ཐམས་ཅད་གཅོད་པར་བྱེད། །གང་གི་ཕྱིར་དངོས་པོ་  
 རྣམས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་འདི་རབ་ཏུ་འབྲུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བའི་རིགས་པ་འདི་ཙམ་  
 ཞིག་གིས་བདག་གི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་བློ་བྱི་གཞན་ཏུ་མ་ཡིན་པ་ན། རྟག་པ་དང་  
 ཆད་པ་དང་། དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་དང་། གཉིས་ཀ་ལ་སོགས་པའི་རྟོག་  
 པ་འདི་བརྟགས་པར་མི་རྣམས་པ་དེའི་ཕྱིར། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་རྟེན་  
 འདི་པ་ཙམ་གྱི་རིགས་པ་འདི་ཡིས་ནི། མཐར་འཛིན་པའི་ལྟ་བ་ངན་པའི་དྲ་བ་  
 ཐམས་ཅད་གཅོད་པར་བྱེད་དོ། །དེའང་འདི་ལྟར། འདི་ལ་བརྟེན་ནས་འདི་འབྲུང་  
 ཞེས་རྟེན་འདི་པ་ཙམ་གྱི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་ཁས་ལེན་པས་ནི་དངོས་  
 པོ་འགའ་ལའང་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཁས་མི་སྒྲུངས་ཏེ། རང་བཞིན་ཡོད་ན་  
 གཞན་ལ་མི་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་རྟེན་འབྲེལ་ཏུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་མདོ་སྡེ་  
 དག་ལས་ཀྱང་། གང་ཞིག་རྟེན་ལས་སྐྱེས་པ་དེ་མ་སྐྱེས། །དེ་ལ་སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་  
 ཡོད་མ་ཡིན། །རྟེན་ལ་རག་ལས་གང་དེ་སྟོང་པར་བཤད། །གང་ཞིག་སྟོང་ཉིད་  
 ཤེས་དེ་བག་ཡོད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་། དེ་དང་  
 དེ་བརྟེན་གང་འབྲུང་བ། །རང་གི་ངོ་བོར་དེ་མ་སྐྱེས། །རང་གི་ངོ་བོར་གང་མ་སྐྱེས། །

དེ་ནི་སྒྲེས་ཞེས་ཇི་སྐད་བྱ། །ཞེས་དང་། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་། །དེ་  
 ནི་སྒྲོང་བ་ཉིད་དུ་བཤད། །དེ་ནི་རྒྱར་བྱས་གདགས་པ་སྟེ། །དེ་ཉིད་དབུ་མའི་ལམ་  
 ཡིན་ཅོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་བས་ན་གང་གི་ཆེ་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཁས་  
 མ་སྒྲུངས་པ་དེའི་ཆེ་མཐའ་གང་དུའང་བརྟག་པར་རྣམ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར།  
 རྟོག་རྣམས་དངོས་པོར་ཡོད་ན་འགྱུར་བ་སྟེ། །དངོས་པོ་ཇི་ལྟར་མེད་པར་ཡོངས་  
 དབྱུང་ཟིན། །དངོས་པོ་མེད་པར་འདི་རྣམས་མི་འབྱུང་དཔེར། །བུད་ཤིང་མེད་  
 པར་མེ་ཡོད་མིན་དེ་བཞིན། །གལ་ཏེ་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་རང་བཞིན་འགའ་ཞིག་  
 ཡོད་ན་དེའི་སྒྲེ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་ལས་འབྱུང་བའམ། བདག་དང་གཞན་དང་གཉིས་ཀ་  
 དང་། དབང་ལྷག་སོགས་ལས་འགྱུར་ཞིང་། སྒྲེས་ཟིན་གནས་པས་རྟག་པ་དང་།  
 འཛིག་པས་ཆད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྟོག་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། དངོས་པོ་རྣམས་  
 ལ་རང་བཞིན་ཇི་ལྟར་མེད་པ་དེ་ལྟར་ནི་སྤར་རིགས་པས་ཡོངས་སུ་དབྱུང་ཟིན་པ་  
 དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་མེད་པར་མཐར་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འདི་རྣམས་མི་  
 འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན། བུད་ཤིང་མེད་པར་མེ་ཡོད་པ་མིན་པ་བཞིན་ཅོ། །བཞི་པ་  
 རིགས་པས་རྣམ་པར་དབྱུང་པའི་དགོས་པ་བསྟན་པ་ནི། སོ་སོའི་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ནི་  
 རྟོག་པས་བཅིངས། །མི་རྟོག་རྣལ་འབྱོར་པ་ནི་གྲོལ་འགྱུར་བས། །རྟོག་རྣམས་  
 ལྷོག་པར་གྱུར་བ་གང་ཡིན་དེ། །རྣམ་པར་དབྱོད་པའི་འབྲས་བུར་མཁས་རྣམས་  
 གསུངས། །གང་གི་ཕྱིར་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲོང་པའི་ཆོས་ཉིད་དེ་ལྟ་བུ་མི་ཤེས་པའི་  
 སོ་སོ་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ནི་སྟོན་བུའི་ཁ་ཚུ་ལྟར་རང་གི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་བཅིངས་ཤིང་།



ཆོས་ཉིད་དེ་ལྟ་བུ་ཐུགས་སུ་ཆུད་པས་མཐའ་གང་དུ་འང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་རྣལ་  
 འབྱོར་པ་ནི་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །མཐའ་འཛིན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མ་  
 ལུས་པ་ལྟོག་པར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་  
 སུ་བཤད་པའི་རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་འབྲས་བུར་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །བརྒྱ་པ་ལས་  
 གྱུར་། དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། །སྟོང་མཐོང་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་ཡོད། །  
 རྟོག་པ་མཐོང་བ་འཆིང་བ་སྟེ། །དེ་ཉིད་འདིར་ནི་འགོག་པ་ཡིན། །ཅིས་གང་ག་སུངས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར། །བསྟན་བཅོས་ལས་དབྱུད་རྩྱུད་ལ་ཆགས་པའི་ཕྱིར། །  
 མ་མཛད་རྣམ་གྲོལ་ཕྱིར་ནི་དེ་ཉིད་བསྟན། །གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར།  
 སྟོབ་དཔོན་གྱིས་དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་ལས་རིགས་པའི་ཆོགས་དུ་མའི་སྒྲིན་ནས་  
 རྣམ་པར་དབྱུད་པ་གིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེར་མཛད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྩྱུད་ལ་ཆགས་ཏེ།  
 གཞན་ཟིལ་གྱིས་མནན་པར་འདོད་པས་མ་མཛད་དོ་ཞེས་གཤམ་པར་བྱས་ཏེ། རྣམ་  
 པར་དབྱེད་པའི་སྒྲིན་ནས་དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་ལས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྟན་པ་ནི།  
 སེམས་ཅན་གྱིས་ཆོས་ཉིད་འདི་ལྟ་བུ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་ནས་ཐར་པ་ཐོབ་  
 པར་གྱུར་ན་ཅི་མ་རུང་ཞེས་སྒྲེ་བོ་རྣམས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་བྱེད་གྱིས་རྒྱལ་བ་གཞན་གྱིས་བརྟགས་པ་རྣམས་བཞོད་ཅིང་  
 བསྟན་བཅོས་ལས་བཀག་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེའི་ཕྱིར་བསྟན་བཅོས་གྱིས་འདུག་པ་  
 ནི་རྩྱུད་པའི་ཕྱིར་མ་ཡིན་པར་རྟོག་པ་ལྟོག་པ་ཙམ་ཞིག་ཁོ་ན་འབྲས་བུར་ཇི་ལྟར་  
 རྣམ་པར་བཞག་ཅི་ན། རྣམ་པར་དབྱུད་པ་ནི་རྩྱུད་པའི་ཕྱིར་མ་ཡིན་མོད་གྱི། འོན་

གྱུར། གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་རྣམ་པར་བཤད་པ་ན། །གཞན་གཞུང་འཇིག་པར་འགྱུར་ན་  
 ཉེས་པ་མེད། །གལ་ཏེ་རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་སྒྲིན་ས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཤད་  
 པ་ན། རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲོབས་ཆུང་བས་གཞན་གྱི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་བདག་ཉིད་  
 ཐེན་མི་ཚུགས་ཤིང་། སྒྲུང་བ་ཉི་བ་ན་མུན་པ་ལྟར་རང་ཉིད་འཇིག་པར་འགྱུར་བ་  
 ན་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་ཉེས་པ་ཅིའང་མེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་བརྒྱ་པ་ལས། ཆོས་འདི་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་རྣམས་གྱིས། །རྩོད་པ་མཛད་ཕྱིར་གསུངས་མ་ཡིན། །འོན་ཀྱང་མེ་ཡིས་  
 བུད་ཤིང་ལྟར། །འདི་ཡིས་ལས་གྱི་རྒྱལ་བ་བསྐྱེད། །ཅིས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ། །རྩོད་པའི་ཕྱིར་ཆོས་འདི་ཉི་བར་བསྐྱེད་པར་གྱུར་ན། དེའི་ཆེ་བ་  
 ཆོས་མེད་པར་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་སྒྲིན་དང་ལྟན་པ་ལ་སྤང་ཞིང་། རིགས་པ་དང་ལྟན་  
 པའི་རང་གི་ཕྱོགས་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པར་འགྱུར་བས་རྟོག་པ་ལྟོག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 འདི་ལྟར། རང་གི་ལྟ་ལ་ཆགས་དང་དེ་བཞིན་དུ། །གཞན་གྱི་ལྟ་ལ་འབྲུག་གང་  
 རྟོག་པ་ཉིད། །དེའི་ཕྱིར་རྟོག་པ་མ་ལོག་པས་བཅིངས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་གྱི། ཐར་  
 པ་ན་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁྲོ་རྣམ་བསལ་ཏེ། །རྣམ་པར་དབྱེད་  
 ན་མུར་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར། །གང་གི་ཕྱིར་ཆོས་འདི་རྩོད་པའི་ཕྱིར་མ་བསྐྱེད་པ་དེའི་  
 ཕྱིར། རང་གི་ཕྱོགས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་། །གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་ཁོང་ཁྲོ་བ་རྣམ་  
 པར་བསལ་ཏེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པར་འདོད་པས་གནས་ལུགས་ལ་རྣམ་པར་  
 དབྱེད་ན་མུར་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །རི་རྒྱུད་དུ། རིགས་པ་དུག་ཅུ་པ་ལས།  
 རྩོད་མེད་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན། །དེ་རྣམས་ལ་ནི་ཕྱོགས་ཉིད་མེད། །གང་རྣམས་

ལ་ནི་ཕྱོགས་མེད་པ། །དེ་ལ་གཞན་ཕྱོགས་ག་ལ་ཡོད། །ཅེས་བྱ་བ་དང་། དེ་  
བཞིན་དུ། རང་གི་ཕྱོགས་ལ་ཆགས་ཡོད་ཅིང་། །གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་མི་དགའ་ན། །  
མྱ་ངན་འདས་པར་མི་འགོ་སྟེ། །གཉིས་སྟོད་ནི་བར་ཡོད་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་  
གིང་། མདོ་སྟེ་ལས་ཀྱང་། གང་ཞིག་ཆོས་འདི་ཐོས་ནས་ཆགས་བྱེད་ཅིང་། །ཆོས་  
མ་ཡིན་པ་ཐོས་ན་ཁོང་ཁྱོད་བྱེད། །ར་རྒྱལ་རྒྱགས་པས་བཅོས་པ་ལོག་པས་ཏེ། །ར་  
རྒྱལ་དབང་གིས་སྟུག་བསྐྱེད་ཆེས་སུ་སྟོང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེ་ལྟར་ལུང་དང་རིགས་པའི་སྒྲོན་མ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་བསྟན་ནས།  
དེའི་འོག་ཏུ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པར་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། །འདི་ལ་འང་བདག་དགག་  
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན། དེ་དགག་པ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི། ཉོན་མོངས་སྒྲོན་  
རྣམས་མ་ལུས་འཛིག་ཆོགས་ལ། །ལྟ་ལས་བྱུང་བར་སྟོ་ཡིས་མཐོང་གྱུར་ཅིང་། །  
བདག་ནི་འདི་ཡི་ཡུལ་དུ་རྟོགས་བྱས་ནས། །རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིས་བདག་འདི་འགོག་  
པར་བྱེད། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་དང་། །སྟེ་བ་དང་ག་  
བ་དང་ན་བ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོན་རྣམས་མ་ལུས་པ་ནི། ར་དང་ར་ཡིར་འཛིན་པའི་  
མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས། ཉོན་  
མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ནི། །འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བའི་རྩ་བ་ཅན་འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་  
བའི་ཀུན་འབྱུང་བ་ཅན་དག་གོ། །ཞེས་གསུངས་གིང་། །འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་མ་  
སྒྲུངས་པ་རྣམས་ལ་འདུ་བྱེད་མདོན་པར་འགྱུབ་པའི་བྱིར་དང་། །སྟེ་བ་ལ་སོགས་  
པའི་སྟུག་བསྐྱེད་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །བདག་ནི་འཛིག་ལྟ་འདིའི་ཡུལ་ཡིན་ཏེ། རར་



འཛིན་པ་ནི་བདག་གི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་པ་དང་།  
 སྒྲིན་མ་ལུས་པ་སྤང་བར་འདོད་པས་ནི། དེ་དག་གི་རྩ་བ་འཛིན་ཆོག་ས་ལ་ལྷ་བ་  
 སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དེའང་བདག་མེད་པ་ཁོང་དུ་ཆུད་པས་སྤྱིང་བར་འགྱུར་བས།  
 ཐར་པ་འདོད་པའི་རྣལ་འབྱོར་པས་བདག་ཁོ་ན་འགོག་པར་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ་  
 དེ་དག་གི་པ་ལ། བདག་རྩལ་ཡོད་དག་གི་པ་དང་། གང་ཟག་རྟེན་འབྲེལ་དུ་བསྟན་  
 པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལའང་། ལུང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པ་དག་གི་པ་དང་། ལུང་  
 པོ་དང་གཅིག་པ་དག་གི་པ་དང་། དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་བདག་  
 དག་གི་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་སྤྱོད་ས་སྤྱི་མ་བརྗོད་པ་ནི། འཛིན་ཆོག་ས་ལ་ལྷ་བའི་  
 དམིགས་པ་བདག་དེའི་རང་བཞིན་ཅི་འདྲ་ཞེ་ན། དེ་ལ་རེ་ཞིག་ཟ་པོ་རྟག་དངོས་  
 བྱེད་པོ་མིན་པའི་བདག་ །ཡོན་ཏན་བྱ་མེད་མུ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱིས་བརྟགས། །དེ་  
 དབྱེ་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཟད་ལ་བརྟེན་ནས། །མུ་སྟེགས་ཅན་རྣམས་ལུགས་ནི་ཐ་དང་  
 འགྱུར། །དེ་ལ་གྲངས་ཅན་པ་དག་ནི། རྩ་བའི་རང་བཞིན་རྣམ་པར་འགྱུར་མིན་ལ། །  
 ཆེན་པོ་སོགས་བདུན་རང་བཞིན་རྣམ་འགྱུར་ཞིང་། །བཅུ་དྲུག་པོ་ནི་རྣམ་པར་འགྱུར་  
 པ་སྟེ། །སྟེན་བྱ་རང་བཞིན་མ་ཡིན་རྣམ་འགྱུར་མིན། །ཞེས་སྟེ་བར་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་  
 རྩ་བའི་རང་བཞིན་ནི། སྟེན་བྱ་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྟོན་པར་འདོད་པའི་དུས་སུ། རྒྱ་  
 ལ་སོགས་པ་སྟེན་བྱས་ལོངས་སྟོན་བྱ་རྣམས་འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་  
 ཡིན་ལ། རྒྱ་གང་ལས་ཀྱང་མ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རྣམ་འགྱུར་མ་ཡིན་ནོ། །ཆེན་པོ་དང་།  
 ད་རྒྱལ་དང་། དེ་ཙམ་ལྟ་སྟེ་བདུན་པོ་ནི་རང་གི་རྣམ་འགྱུར་ལ་སྟོས་ནས་དེ་དག་

སྐྱེད་པར་བྱེད་པས་རང་བཞིན་ཡིན་ལ། རང་བཞིན་ལ་སྒྲིམ་ནས་རྣམ་འགྲུར་ཡིན་  
 བོ། །དབང་པོ་བཅུ་དང་ཡིད་དང་འབྱུང་བ་ལྟ་སྟེ་བཅུ་དྲུག་པོ་ནི་རྣམ་པར་འགྲུར་  
 བ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུ་མི་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 སྐྱེས་བུ་ནི་འབྲས་བུ་མི་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ལ། རྒྱ་ལས་མ་བྱུང་བའི་  
 ཕྱིར་རྣམ་འགྲུར་ཡང་མ་ཡིན་ལོ། །རིམ་པ་འདིས་རྣམ་འགྲུར་གྱི་ཚྲིག་སྐྱེས་ཐམས་ཅད་  
 སྐྱེས་པ་ལ་འདོད་པ་སྐྱེས་པའི་སྒྲིམ་སྐྱེས་བུས་ལོངས་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་ཆེ་ན་  
 འཁོར་བ་ཞེས་བྱ་ལ། གང་གི་ཆེ་སྐྱེས་བུ་ཡུལ་རྣམས་ལ་ཆགས་པ་རྒྱུར་བར་གྱུར་ཏེ།  
 རིམ་གྱིས་བསམ་གཏན་སྒྲིམ་སྐྱེས་ཐམས་ཅད་ལྟ་ལྟའི་མིག་ཡང་དག་པར་སྒྲུབ་ཏེ། ལྟའི་མིག་  
 གིས་རང་བཞིན་ལ་ལྟ་བར་བྱེད་པ་ན་རང་བཞིན་སྐྱེད་སྐྱེས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་བདག་ལ་  
 མི་འགྲོ་ཞིང་། རྣམ་འགྲུར་གྱི་ཚྲིག་སྐྱེས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐྱེ་བའི་རིམ་པ་ལས་བསྒྲེག་  
 པའི་སྒྲིམ་སྐྱེས་དེ་ཉིད་དུ་རབ་ཏུ་ཞི་བར་གྱུར་པ། དེའི་ཆེ་སྐྱེས་བུ་ཉག་གཅིག་གཞན་ཏེ།  
 དེའི་ཕྱིར་གྲོལ་བ་ཞེས་བྱའོ། །རི་སྐྱེད་བཤད་པའི་རྒྱལ་གྱིས་ཡུལ་རྣམས་ལ་ལོངས་  
 སྟོན་པའི་ཕྱིར་བྱ་བ་པོ་ཞེས་བྱའོ། །རྣམ་འགྲུར་རྣམས་ཉེ་བར་ཞེས་ཟེན་ཀྱང་དེ་  
 ཉིད་ཉག་ཏུ་ཡན་གར་བར་གནས་པའི་ཕྱིར་ཉག་པ་ཞེས་བྱའོ། །བདག་ནི་བྱ་བ་ལ་  
 སྒྲིམ་ལས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱེད་པོ་མིན་པ་ཞེས་བྱའོ། །རྒྱལ་མུན་པ་སྐྱེད་སྐྱེས་  
 གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཡོན་ཏན་མེད་པ་ཡིན་ལོ། །བྱུང་བའི་ཕྱིར་ན་  
 འགྲོ་ལོངས་སྐྱེས་ཀྱི་བྱ་བ་མེད་པ་ཉིད་དེ། དེ་དག་ནི་སྐྱེས་བུའི་བྱེད་པར་རོ། །དེ་ལ་  
 རང་བཞིན་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ལ། རྣམ་འགྲུར་རྣམས་ལས་ཁ་ཅིག་ནི་བྱེད་པ་པོ་

ཡིན་ལ། ཁ་ཅིག་ནི་བྱེད་པ་པོ་མ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་འགྱུར་གང་ཞིག་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ལ། གང་ཞིག་བྱེད་པ་པོ་མ་ཡིན་ཞེན། དེ་ལ་རྩལ་དང་མུན་པ་དང་སྦྱིང་སྦྱོབས་རྣམས་ནི་ཡོན་ཏན་གསུམ་མོ། །མུན་པ་ནི་ལྷི་བ་དང་གཡོགས་པའི་བདག་ཉིད་དོ། །རྩལ་ནི་གཡོ་བ་དང་འཇུག་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ནོ། །སྦྱིང་སྦྱོབས་ནི་ཡང་བ་དང་། རབ་ཏུ་གསལ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་ནོ། །བདེ་བ་དང་སྦྱག་བསྐྱེལ་དང་གཏི་མུག་གསུམ་ཡང་འདི་དག་གི་རྣམ་གྲངས་སོ། །འདི་དག་ཆ་མཉམ་པའི་གནས་སྐབས་ནི་གཙོ་བོ་སྟེ། འདིར་ཡོན་ཏན་དག་གཙོ་བོར་འགྱུར་ཅིང་རྣམ་འགྱུར་རྣམས་རབ་ཏུ་ཞི་བར་གྱུར་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་དག་རྣམ་པར་མི་འགྱུར་བའི་གནས་སྐབས་ནི་རང་བཞིན་ནོ། །རང་བཞིན་ལས་ནི་ཆེན་པོ་སྟེ། ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟོང་རྣམ་གྲངས་སོ། །ཆེན་པོ་ལས་ནི་ར་རྒྱལ་ལོ། །དེ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། རྣམ་འགྱུར་ཅན་དང་། སྦྱིང་སྦྱོབས་ཅན་དང་། མུན་པ་ཅན་ནོ། །དང་པོ་ལས་ནི། དེ་ཙམ་ལྷ་སྟེ། གཟུགས་དང་སྐྱ་དང་བྱི་དང་རོ་དང་རེག་བྱ་དག་གོ། །དེ་ཙམ་ལྷ་ལས་ནི། འབྱུང་བ་ལྷ་སྟེ། ས་དང་རྩ་དང་མེ་དང་རླུང་དང་ནམ་མཁའ་ཞེས་བྱ་བ་དག་གོ། །ར་རྒྱལ་གཉིས་པ་ལས་ནི། ལས་ཀྱི་དབང་པོ་ལྷ་སྟེ། དག་དང་ལག་པ་དང་རྒྱུ་པ་དང་རྒྱུ་དང་མདོ་མས་དང་། སྟོང་དབང་པོ་ལྷ་སྟེ། མིག་དང་རྣ་བ་དང་སྒྲ་དང་ལྟེ་དང་པགས་པ་དང་། གཉིས་ཀའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཡིད་དེ། དེ་ལྟར་བཅུ་གཅིག་འབྱུང་ངོ། །མུན་པ་ཅན་གྱི་ར་རྒྱལ་ནི། ར་རྒྱལ་གཉིས་ཀའི་འཇུག་པ་བྱེད་དོ། །གྲངས་ཅན་དག་གིས་དེ་ལྟར་ཁས་སྐྱངས་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་དེའི་དབྱེ་བ་མི་འདྲ་བ་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཟད་ལ་



བརྟེན་ནས་མུ་སྟེགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བདག་གི་འདོད་ལུགས་ཐ་དད་པར་གྱུར་ཏེ།  
 འདི་ལྟར། བྱེ་བྲག་པ་རྣམས་ནི། སྟོ་དང་། བདེ་བ་དང་། སྟུག་བསྐལ་དང་། འདོད་  
 པ་དང་། སྤང་བ་དང་། འབད་པ་དང་། ཆོས་དང་། ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་། འདུས་  
 བྱས་པའི་ཤུགས་ཏེ་བདག་གི་ཡོན་ཏན་དགུར་སྒྲུབ་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་རི་སྟོང་བདག་  
 གི་ཡོན་ཏན་དགུ་པོ་དེ་བདག་ལ་འདུ་ཞིང་ཡོད་པ་དེ་སྟོང་དུ་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་  
 བའི་ལས་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་ལའོར་བ་ཞེས་བྱ་ལ། གང་གི་ཆོ་སྒྲིམ་བུའི་དབང་སོགས་  
 བདག་གི་བ་རྣམས་སྟུག་བསྐལ་དུ་རྟོགས་ཏེ། སྟོ་ལ་སོགས་པ་བདག་གི་ཡོན་ཏན་  
 རྣམས་རྩ་བ་དང་བཅས་པ་གཅིད་པ་དེའི་ཆོ་བདག་དེ་ཅིང་ཡོན་ཏན་རྣམས་དང་མི་  
 ལྷན་པའི་ཡན་གར་བར་གནས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ཐར་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་  
 ལྟར་ཡང་དབུ་མ་སྟོང་པོར། སྟོ་སོགས་བདག་གི་ཡོན་ཏན་བཅད། །དྲུངས་ནས་  
 སྟུང་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ། །ཡིད་ལ་བདག་ཅེས་གནས་པ་ནི། བྱེ་བྲག་པ་ཡི་ཐར་  
 པར་ཤེས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བདག་དེ་སྟོངས་སེམས་མེད་པའི་རང་  
 བཞིན་ཅན་དང་། རྟག་པ་དང་། ལས་བྱེད་པ་པོ་དང་། རྣམ་སྦྱོར་ཟ་བ་པོ་དང་།  
 ལའོར་བའི་གནས་སྐབས་ན་ཡོན་ཏན་དང་བཅས་པ་དང་། རྣམ་མཁའ་ལྟར་བྱུང་  
 པའི་ཕྱིར་བྱ་བ་མེད་པར་ཡང་སྒྲུའོ། །ཁ་ཅིག་ནི་བསྐྱུམ་པ་དང་རྟོང་བའི་བྱ་བ་དང་  
 བཅས་པ་སྒྲུའོ། །རིག་བྱེད་དུ་སྒྲུབ་དག་ནི་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོང་ཐ་དད་པའི་  
 རང་གི་རྣམ་མཁའ་ལྟར་བདག་གཅིག་ཅིང་ལུས་ཐ་དད་པས་སྒྲུ་ཆོགས་པ་ཅིད་དོ་  
 ཞེས་སྒྲུབ་པར་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ། བདག་གི་ངོ་བོ་དགག་བྱུང་པར་དགག་རུ་  
 འཛིན་གྱི་རྟེན་མིན་པར་བསྟན་པ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། མོ་གཤམ་བྱ་ལྟར་  
 སྒྲིབ་དང་བྲལ་ཕྱིར། །དེ་ལྟར་གྱུར་པའི་བདག་ནི་ཡོད་མིན་ཞིང་། །འདི་ནི་རུ་  
 འཛིན་རྟེན་དུ་འར་མི་རིགས་ལ། །འདི་ནི་ཀུན་རྫོབ་རྩ་ཡར་ཡོད་མི་འདོད། །རི་  
 སྐད་བཤད་པའི་རྟག་པ་དང་ཟ་བ་པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟར་གྱུར་པའི་བདག་ནི་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲིབ་དང་བྲལ་པའི་ཕྱིར་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་བ་ཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བྱའི་  
 བདག་འདི་ནི་འཛིན་རྟེན་པ་དག་གི་རུ་འཛིན་གྱི་རྟེན་ནམ་ཡུལ་དུ་འར་མི་རུང་སྟེ།  
 མ་སྒྲིས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་མེད་ཅིང་། རུ་འཛིན་གྱི་ཡུལ་དུ་མི་  
 རུང་བར་མ་ཟད་གྱི། ཀུན་རྫོབ་རྩ་ཡར་ཡོད་པར་མི་འདོད་དེ། དེ་ལྟར་བྱ་མ་དམིགས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་བྱུང་པར་དགག་པ་ནི། གང་ཕྱིར་བསྟན་བཅོས་བསྟན་  
 བཅོས་ལས་དེའི་བྱུང་། །མུ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱིས་གང་བསྟན་དེ་ཀུན་ལ། །རང་གྲགས་  
 མ་སྒྲིས་གཏན་ཆོགས་ཀྱིས་གཞོད་པ། །དེ་ཕྱིར་དེ་བྱུང་ཀུན་གྱང་ཡོད་མ་ཡིན། །  
 གང་གི་ཕྱིར་གྲངས་ཅན་པ་དང་བྱེ་བྲག་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་དེ་  
 དང་དེ་ལས་བདག་དེའི་བྱུང་པར་རྟག་པ་དང་ཟ་བ་པོ་ལ་སོགས་པ་གང་བསྟན་པ་  
 དེ་ཀུན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མ་སྒྲིས་པའི་ཕྱིར། མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་བ་ཞིན་ཞེས་རང་ལ་  
 གྲགས་པའི་མ་སྒྲིས་པའི་གཏན་ཆོགས་ཀྱིས་གཞོད་པ་དེའི་ཕྱིར། བདག་གི་བྱུང་  
 པར་ཀུན་གྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མདོར་ན་བདག་ནི་རྟག་པ་དང་། ཟ་བ་པོ་ལ་  
 སོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མ་སྒྲིས་པའི་ཕྱིར། མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་བ་ཞིན་ཞེས་པའོ། །དེ་

ཕྱིར་ཕུང་པོ་ལས་གཞན་བདག་མེད་དེ། །ཕུང་པོ་མ་གཏོགས་དེ་འཛིན་མ་གྲུབ་  
 ཕྱིར། །གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་ཕུང་པོ་ལས་ཐ་དད་པའི་རྟག་པ་སོགས་  
 གྱིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་བདག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་དེ། གལ་ཏེ་ཡོད་ན་གཟུགས་ལས་  
 རྣམ་ཤེས་བཞིན་དུ་ཕུང་པོ་ལས་ཐ་དད་པར་འཛིན་པར་འགྱུར་ན། ཕུང་པོ་ལས་མ་  
 གཏོགས་པའི་རྟག་པ་སོགས་གྱིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་བདག་དེ་འཛིན་པ་མ་  
 གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་རར་འཛིན་གྱི་རྟེན་མིན་པར་བསྟན་པ། ཕུང་པོ་ལས་  
 ཐ་དད་པའི་བདག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་འབའ་ཞིག་དུ་མ་ཟད་གྱི། འཛིན་རྟེན་རར་  
 འཛིན་སྟོ་ཡི་རྟེན་དུ་ཡང་། །མི་འདོད་དེ་རིག་མིན་པའང་བདག་ལཱའི་ཕྱིར། །རྟག་པ་  
 སོགས་གྱིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་བདག་དེ་ནི་འཛིན་རྟེན་པ་དག་གི་རར་འཛིན་  
 གྱི་སྟོ་ལྟན་སྟེས་གྱི་རྟེན་ནམ་ཡུལ་དུ་འང་མི་འདོད་དེ། བདག་རྟག་པ་སོགས་གྱིས་  
 བྱུང་པར་དུ་བྱས་པར་རིག་པ་མིན་པའི་བྱིས་པ་དག་ཀྱང་མཛོན་པར་ཞེན་པའི་  
 བྱུང་པར་ལས་བདག་དང་བདག་གི་བར་ལྟ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་རྟག་པ་དང་མ་  
 སྟེས་པ་སོགས་གྱི་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པར་མི་ཤེས་པ་དེ་དག་ལའང་སྟེ་བ་སྟེ་མ་  
 སོགས་ལ་གོམས་པའི་དབང་གིས་དེའི་ཡུལ་ཅན་གྱི། རར་འཛིན་པ་ཡོད་པར་འགྱུར་  
 རོ་སྟུམ་ན། དེའང་མ་ཡིན་དེ། འདི་ལྟར། གང་དག་དུད་འགྲོར་བསྐྱལ་མང་བསྐྱལ་  
 གྱུར་པ། །དེས་ཀྱང་མ་སྟེས་རྟག་འདི་མ་མཐོང་ལ། །རར་འཛིན་དེ་དག་ལ་ཡང་  
 འདུག་མཐོང་སྟེ། །དེས་ན་ཕུང་པོ་ལས་གཞན་བདག་འགའང་མེད། །སེམས་ཅན་  
 གང་དག་དུད་འགྲོ་ལ་སོགས་པ་རན་འགྲོར་བསྐྱལ་པ་མང་པོ་དཔག་དུ་མེད་པར་



ལུ་གུ་རྒྱུད་དུ་བསྐྱེལ་བར་གྱུར་པས་སྒྲེ་བ་སྒྲ་མ་སོགས་སུ་བདག་རྟག་པ་སོགས་  
 རྟོན་པའི་བསྟན་བཅོས་ལ་གོམས་པར་མ་བྱས་པ་དེས་ཀྱང་མ་སྒྲེས་པ་དང་རྟག་པ་  
 སོགས་ཀྱིས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་བདག་འདི་མ་མཐོང་དུ་ཟིན་ཀྱང་། སྤང་པོ་ལ་  
 ངར་འཛིན་པ་དེ་དག་ལའང་འདུག་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཤེས་རབ་ཅན་སུ་ཞིག་  
 བདག་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ངར་འཛིན་པའི་རྟོན་དུ་ཞེན་པར་བྱེད། དེ་བས་ན་སྤང་པོ་  
 ལས་གཞན་པའི་རྟག་པའི་བདག་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་སྤང་པོ་དང་གཅིག་པའི་བདག་དགག་པ་ལ་ཕྱོགས་སྒྲ་མ་བརྗོད་  
 པ་ནི། སྤང་པོ་ལས་གཞན་བདག་ནི་མེད་པའི་ཕྱིར། །བདག་ལྟའི་དམིགས་པ་སྤང་  
 པོ་ཁོ་ནའོ། །རང་གི་སྤེལ་མང་པོས་བཀྱར་བ་རྣམས་ན་རེ། རི་སྐད་བཤད་པའི་  
 རིགས་པས་སྤང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་མེད་པའི་ཕྱིར། བདག་ལྟའི་དམིགས་  
 པ་སྤང་པོ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་བདག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་འགའ་ཡང་མེད་ཀྱི་  
 སྤང་པོ་ཅམ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལས་ཀྱང་། ཁ་ཅིག་བདག་ལྟའི་རྟོན་དུ་  
 སྤང་པོ་ནི། །ལྟ་ཆར་ཡང་འདོད་ཁ་ཅིག་སེམས་གཅིག་འདོད། ཁ་ཅིག་ནི་བདག་  
 ལྟའི་རྟོན་རམ་དམིགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་བདག་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྤང་  
 པོ་ལྟ་ཆར་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། བཅོམ་ལུན་འདས་ཀྱིས། དག་སྦྱོང་དག་དག་སྦྱོང་  
 ངམ་བྲམ་ཟེ་གང་སུ་དག་ཅིག་བདག་གོ་སྟམ་དུ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་ལྟ་བ་དེ་  
 དག་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་སྤང་པོ་ལྟ་པོ་འདི་དག་ཁོ་ན་ལ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་  
 ལྟའོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་སྒྲུའོ། ཁ་ཅིག་ནི་སེམས་གཅིག་སྤྱིད་བདག་

ལྟའི་དམིགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་བདག་ཏུ་འདོད་དེ། བདག་ཉིད་བདག་གི་མགོན་  
 ཡིན་གྱི། །གཞན་ནི་སུ་ཞིག་མགོན་དུ་འགྱུར། །བདག་ཉིད་ལེགས་པར་བྱལ་བས་  
 ནི། །མཁས་པས་མཐོ་རིས་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་སེམས་ལ་བདག་གི་སྒྲིམ་  
 གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་གང་ལས་ཤེས་ཞེན། སྤང་པོ་ལས་ཐ་དད་པའི་འདུལ་  
 རྒྱའི་བདག་མེད་པའི་བྱིར་དང་། མདོ་གཞན་ལས་སེམས་འདུལ་བར་གསུངས་པའི་  
 བྱིར་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། སེམས་འདུལ་བ་ནི་ལེགས་པ་སྟེ། །སེམས་བྱལ་བས་ནི་བདེ་  
 བ་འདྲེན། །ཅེས་གསུངས་སོ་ཞེས་སྒྲུའོ། །འདི་དག་ག་པ་ལ་གཉིས། དག་ག་པ་  
 དངོས་དང་། བཀག་པའི་མཇུག་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ལའང་། གཞོད་བྱེད་བཞོད།  
 རྒྱབ་བྱེད་དག་ག་ བརྟེན་ནས་བཏགས་པར་བསྟན། བདག་ལྟ་མི་སྤྲོད་བར་བལ་  
 བའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་སྤང་པོ་བདག་ན་དེ་བྱིར་དེ། །མང་བས་བདག་དེ་དག་  
 གྱང་མང་པོར་འགྱུར། །བདག་ནི་རྩ་ས་སུ་འགྱུར་ཞིང་དེར་ལྟ་བ། །རྩ་ས་ལ་འདུག་  
 པས་བྱིན་ཅི་ལོག་མི་འགྱུར། །གལ་ཏེ་སྤང་པོ་བདག་ཡིན་ན་དེའི་བྱིར། སྤང་པོ་དེ་  
 ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་རྣམ་པ་མང་བའི་བྱིར་བདག་གྱང་མང་  
 པོར་འགྱུར་ལ། གང་གི་ལྟར་ན་སེམས་བདག་ཡིན་པ་དེའི་ལྟར་ན་འང་མིག་གི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བས་སམ། སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 སྟེ་བ་དང་འགག་པས་མང་བའི་བྱིར་བདག་མང་པོར་འགྱུར་རོ། །ཇི་སྐད་དུ། འཇིག་  
 ཏེན་སྟེ་བ་ན་གང་ཟག་ཉག་གཅིག་སྟེའི་ཞེས་པའི་ལུང་ལས་ན་བདག་མང་པོ་  
 འདོད་པའང་མ་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་དང་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པའི་རྩ་ས་འདས་པ་ལ་

སོགས་པའི་དབྱེ་བས་བྱ་དད་པར་འགྱུར་བ་རྣམས་ལ་ཡུང་པོར་བརྗོད་ཅིང་ཡུང་པོ་  
ཁོ་ན་བདག་ཏུ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་བདག་ནི་རྩ་ས་སུ་གྲུབ་པར་འགྱུར་ན། དགེ་སྤྱོད་  
དག་ལྟ་པོ་འདི་དག་ནི་མིང་ཙམ་བྱ་སྟེད་ཙམ་བཏགས་པ་ཙམ་སྟེ། གང་འདི་སྟེ།  
འདས་པའི་དུས་དང་། མ་འོངས་པའི་དུས་དང་། རྣམ་མཁའ་དང་། རྩ་རན་ལས་  
འདས་པ་དང་། གང་ཟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། རི་ལྷར་ཡན་ལག་  
ཆོགས་རྣམས་ལ། །བརྟེན་ནས་གིང་རྟར་བརྗོད་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་ཡུང་པོ་རྣམས་  
བརྟེན་ནས། །ཀྱན་རྫོབ་སེམས་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་པ་འདི་ལས་ན་འདོད་པའང་  
མ་ཡིན་ཅོ། །བདག་རྩ་ས་སུ་ཡོད་ན། བདག་དེར་ལྟ་བའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་འཛིག་ལྟ་  
དམིགས་ཡུལ་རྩ་ས་ཡོད་ལ་འདུག་པའི་ཕྱིར། སྟོ་སེར་ལ་སོགས་པའི་གེས་པ་ལྟར།  
འཛིན་སྤངས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེའི་ཕྱིར་འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་  
ཀྱན་ཏུ་མི་འགྱུར་བའི་ཚུལ་གྱིས་སྤངས་མི་རུས་པའང་། མིག་ལ་སོགས་པ་བཞིན་  
དུ་འདུན་པའི་འདོད་ཆགས་སྤངས་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྤོང་བར་འགྱུར་རོ། །གཞན་  
ཡང་རྩ་རན་འདས་ཆེ་ངེས་པར་བདག་ཆད་འགྱུར། །རྩ་རན་འདས་སྟོན་སྐྱོད་ཅིག་  
དག་ལ་ནི། །སྟེ་འཛིག་བྱེད་པོ་མེད་པས་དེ་འབྲས་མེད། །གཞན་གྱིས་བསགས་པ་  
གཞན་གྱིས་ཟ་བར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་བདག་ཡུང་པོའི་རང་བཞིན་ཡིན་ན། ཡུང་པོ་  
ལྷག་མ་མེད་པར་རྩ་རན་ལས་འདས་པའི་ཆེ་ཡུང་པོ་ལྟ་ཆར་རྒྱན་ཆད་པས་བདག་  
ཆད་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྷར་ན་ཆད་པའི་མཐར་འཛིན་པས་མཐའ་ལྟ་བར་བཤལ་བར་  
འགྱུར་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་བྱོད་ཅག་གིས་ནི། འཛིག་ལྟས་བདག་ཉིད་དུ་གང་བཟུང་



བ་དེ་ཉིད་ལ་རྟག་པ་དང་ཆད་པར་འཛིན་པས་མཐའ་འཛིན་པར་རྣམ་པར་བཞག་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །མྱ་ངན་ལས་འདས་པར་ཞུགས་པའི་སྒྲིན་རོལ་གྱི་སྐད་ཅིག་དག་ཏུ་  
 རི་ལྟར་ལུང་པོ་རྣམས་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་སྒྲེ་ཞིང་འཛིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་ཀྱང་  
 སྒྲེ་ཞིང་འཛིན་པར་འགྱུར་ཏེ། བདག་ལུང་པོའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་མདོ་ལས། དེའི་ཆོ་དེའི་དུས་ན་ང་རྒྱལ་པོ་ང་ལས་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་ཏེ་  
 ཞེས་གསུངས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཆོ་བདག་ཀྱང་ལུས་ལྟར་ཞིག་པའི་ཕྱིར་དང་  
 འདིར་ལུས་གཞན་སྒྲེ་བར་ཁས་སྒྲུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་། ཉེ་  
 བར་ལེན་པ་བདག་མ་ཡིན། །དེ་འབྱུང་བ་དང་འཛིན་པ་ཡིན། །ཉེ་བར་སྒྲུང་བ་རི་  
 ལྟ་བུར། །ཉེ་བར་ལེན་པ་ཡིན་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་དུ། གལ་ཏེ་  
 ལུང་པོ་བདག་ཡིན་ན། །སྒྲེ་དང་འཛིན་པ་ཅན་དུ་འགྱུར། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་བདག་སྒྲེ་དང་འཛིན་པ་ཡིན་ན་མ་འོངས་པའི་སྒྲེ་བའི་དུས་ན་སྒྲིན་  
 གྱི་ལས་བྱེད་པ་པོའི་བདག་ཞིག་ནས་མེད་པའི་ཕྱིར་ལས་ཀྱི་རྟེན་མེད་པས་ལས་  
 མེད་ལ། དེའི་ཕྱིར་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་སྐད་ཅིག་  
 རྒྱ་མས་བྱས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྐད་ཅིག་ཕྱི་མ་རྣམས་སུ་ལོངས་སྤྱོད་ན། དེའི་  
 ཆོ་གཞན་གྱིས་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་གཞན་གྱིས་ལོངས་སྤྱོད་  
 པའི་ཕྱིར་གཞན་གྱིས་བསགས་པའི་ལས་གཞན་གྱིས་བྱ་བར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 བྱས་པ་ཆུད་ཟོས་པ་དང་། མ་བྱས་པ་དང་ཕྱད་པར་འགྱུར་ཏེ། རི་སྐད་དུ། བསྟན་  
 བཅོས་ལས་ཀྱང་། གལ་ཏེ་འདི་ནི་གཞན་འགྱུར་ན། །དེ་མེད་པར་ཡང་འབྱུང་བར་

འགྱུར། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་གནས་འགྱུར་ཞིང་། །དེ་མ་གྱི་བར་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །ཆད་  
 དང་ལས་རྣམས་རྒྱུད་ཟ་དང་། །གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་ལས་རྣམས་ནི། །གཞན་གྱིས་  
 སོ་སོར་སྐྱོང་བ་དང་། །དེ་ལ་སོགས་པར་བཤམ་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །  
 དེའི་སྤྱིར་ལུང་པོ་རྣམས་བདག་ཡིན་ཞེས་བྱ་བར་མི་རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་སྐད་ཅིག་  
 རྒྱ་སྤྱི་དག་གཞན་ཡིན་མོད་ཀྱི། དེ་ལྟར་ན་འདྲ་རྒྱུད་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཞན་  
 གྱིས་བསགས་པ་གཞན་གྱིས་ཟ་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། རྒྱུད་གཅིག་ཡིན་པས་  
 སྐྱོན་དེ་མེད་ཅེ་ན། རྒྱུད་གཅིག་ཉིད་ལ་ཉེས་པ་བཤད་ཅིན་དོ། །སྐད་ཅིག་རྒྱ་སྤྱི་  
 རྒྱུད་གཅིག་ཡིན་པ་ལ། བྱམས་པ་ཉེར་སྤྲས་ལ་བརྟེན་ཆོས་རྣམས་ནི། །ཞེས་པ་  
 དེར་ཉེས་པ་བཤད་ཅིན་པའི་སྤྱིར། མི་རིགས་སོ། །བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་།  
 གལ་ཏེ་ལྟ་ལས་མི་གཞན་ན། །དེ་ལྟར་ནི་མི་རྟག་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ལྟ་མི་གཞན་  
 ཡིན་ན། །རྒྱུད་ནི་འབྲད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གང་གསུངས་པས། བན་ཚུན་  
 མཆོན་ཉིད་ཐ་དད་པ་རྣམས་ལ་རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་གཏོགས་པ་མི་རིགས་པས་ཉེས་པ་  
 ལྡོག་པ་མེད་དོ། །དེའི་སྤྱིར་ལུང་པོ་དང་སེམས་བདག་མི་རིགས། །དེའི་སྤྱིར་ལུང་  
 པོ་རྣམས་བདག་མ་ཡིན་ཞིང་སེམས་ཀྱང་བདག་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་པར་བྱའོ། །  
 གཞན་ཡང་། འཇིག་རྟེན་མཐའ་ལྡན་ལ་སོགས་མེད་སྤྱིར་རོ། །འདི་ན་ལུང་དུ་མ་  
 བསྟན་པའི་དངོས་པོ་བཙུ་བཞི་པོ་སྟེ་པ་བཤམས་ཅད་ཀྱིས་འདོད་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། འཇིག་  
 རྟེན་མཐའ་དང་ལྡན་མི་ལྡན་ལ་སོགས་པ་བཞི་དང་། འཇིག་རྟེན་རྟག་མི་རྟག་ལ་  
 སོགས་པ་བཞི་དང་། དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པ་གྲོངས་པན་ཆད་ཡོད་མེད་ལ་སོགས་

པ་བཞི་དང་། ལུས་སྒོག་གཅིག་དང་ཐ་དད་ལ་བརྟེན་པ་གཉིས་དང་བཙུ་བཞི་པོ་འདི་  
དག་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བརྟེན་སྒྲིལ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལུང་དུ་མ་བསྟུན་པའི་  
དངོས་པོར་བཅོས་ལྡན་འདས་ཀྱིས་རྣམ་པར་བཞག་གོ །

དེ་ལ་གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་ནམ་བདག་གི་སྐྱེས་ལུང་པོ་རྣམས་འཇིན་པར་  
བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་ལུང་པོ་རྣམས་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པ་ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་མི་རྟག་པ་  
ཉིད་ཅེས་བྱ་བར་ལུང་སྟོན་པར་ཡང་འགྱུར་ལ། ལྷ་རམ་ལས་འདས་པའི་འོག་རོལ་  
ཏུ་ལུང་པོ་རྣམས་མེད་པས་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྡན་མོ་ཞེས་བྱ་བར་ལུང་བསྟུན་  
པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པ་གྲོངས་པམ་ཆད་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་མོ། །ཞེས་བསྟུན་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་། འཇིག་རྟེན་མཐའ་ལྡན་  
ལ་སོགས་པ་མེད་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་ལུང་པོ་རྣམས་དང་སེམས་བདག་ཡིན་མོ་  
ཞེས་བྱ་བ་རིགས་པ་མ་ཡིན་མོ། །གཞན་ཡང་གལ་ཏེ་ལུང་པོ་རྣམས་སམ་སེམས་  
བདག་ཡིན་ན། ཁྱེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བདག་མེད་མཐོང་བ་ལ། །དེ་ཆོ་རིམ་པར་  
དངོས་རྣམས་མེད་པར་འགྱུར། ཁྱེད་ཀྱི་ལྟར་ན་གང་གི་ཆོ་རྣལ་འབྱོར་པས་བདེན་  
པ་མཐོང་བའི་དུས་སུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་དོ་ཞེས་བྱར་བར་མཐོང་བ་དེའི་  
ཆོ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་མེད་པའི་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ།  
གཟུགས་སོགས་ལུང་པོ་རྣམས་ཁོ་ན་བདག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། བདག་མེད་པར་  
རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་འདོད་པ་མ་ཡིན་པས། དེའི་ཕྱིར་ལུང་པོ་བདག་  
མ་ཡིན་མོ། །ཅི་སྟེ་ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་སྟོན་པའི་དུས་སུ་བདག་གི་སྐྱེ་ལུང་པོ་



རྣམས་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་ལ། གང་གི་ཆོ་བདག་མེད་མཐོང་བ་དེའི་ཆོ་གཞན་གྱིས་  
 ཀུན་བརྟགས་པའི་ནང་གི་བྱེད་པ་པོའི་སྒྲིལ་བུ་ཉིད་ལ་འཇུག་སྟེ། དེའི་བྱིར་བདག་  
 མེད་མཐོང་བའི་དུས་སུ་ནང་གི་བྱེད་པ་པོའི་སྒྲིལ་བུ་དང་བྲལ་བའི་འདྲ་བྱེད་ཙམ་  
 མཐོང་གི་ གཟུགས་སོགས་དངོས་པོ་མེད་པར་མཐོང་བར་མི་འགྱུར་རོ་སྒྲིལ་ན།  
 འདི་ལ་བརྟེན་པ། བདག་ཏུག་སྟོང་ན་དེ་ཆོ་དེ་ཡི་བྱིར། ཁྱོད་གྱི་སེམས་སམ་ཡུང་  
 པོ་བདག་མི་འགྱུར། །གང་གི་ཆོ་རི་སྒྲིལ་བཤད་པའི་ཉེས་པས་འཛིགས་ནས། བདག་  
 གི་སྒྲིལ་བདག་ཏུག་པ་ཉིད་འཛིན་ཅིང་བདག་མེད་མཐོང་བ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་བདག་  
 སྟོང་བར་འདོད་པ་དེའི་ཆོ་ཁྱོད་གྱི་སེམས་སམ་ཡུང་པོ་བདག་ཏུ་འོས་པར་མི་  
 འགྱུར་བས་རང་གི་བྱོགས་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་བྱིར་གལ་ཏེ་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་བདག་མེད་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་འདིར་བདག་གི་སྒྲིལ་བུང་པོ་ལ་འཇུག་པར་མི་  
 འདོད་ན་གཞན་དུ་འང་མི་འདོད་པར་བྱ་དགོས་སོ། །ཅི་སྟེ་གཞན་དུ་ཡུང་པོ་རྣམས་  
 ལ་འཇུག་པར་འདོད་ན་འདིར་ཡང་འདོད་པར་བྱ་དགོས་སོ། །གཞན་ཡང་། ཁྱོད་  
 གྱི་རྣལ་འབྱོར་བདག་མེད་མཐོང་བ་ཡིས། །གཟུགས་སོགས་དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་  
 མི་འགྱུར་ཞིང་། །གཟུགས་ལ་དམིགས་ནས་འཇུག་བྱིར་འདོད་ཆགས་སོགས། །  
 སྒྲིལ་བུང་དེ་ཡི་ངོ་བོ་རྟོགས་མེད་བྱིར། །གལ་ཏེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པར་  
 རྟོགས་པ་མཐོང་བ་ན་ཡུང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་ནང་གི་བྱེད་པ་པོའི་བདག་  
 མེད་པར་མཐོང་བ་ཙམ་ཡིན་ན། ཁྱོད་གྱི་ལུགས་གྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་བདག་མེད་མཐོང་  
 བ་ཡིས་གཟུགས་སོགས་ཡུང་པོའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཡུང་པོ་

ལས་གཞན་པའི་བདག་མེད་པ་ཏྟགས་པ་ཅམ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེའི་བྱིར་བདག་  
མེད་མཐོང་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་སྒྲེ་  
བར་འགྱུར་དེ། དེ་དག་སྒྲོང་བའི་རྒྱ་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་བྱིན་ཅི་མ་  
ལོག་པར་ཏྟགས་པ་མེད་པའི་བྱིར་དང་། ཆགས་སོགས་ནི་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་  
དེ་ལ་དམིགས་ནས་འཇུག་པའི་བྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་སྐྱབ་བྱེད་དགག་པ་ནི། ཇི་ལྟར་ཁོ་བོ་ཅག་ལུང་ཚད་མར་བྱེད་  
པ་ལ་ཏྟག་གའི་ཚད་མས་གཞོད་པ་མ་ཡིན་ལ། ལུང་ལས་ཀྱང་ཕུང་པོ་རྣམས་ཁོ་  
ན་བདག་ཏུ་སྟོན་པར་བྱེད་དེ། འདི་ལྟར། གང་བྱིར་སྟོན་པས་ཕུང་པོ་བདག་གོ་  
ཞེས། །གསུངས་པ་དེ་བྱིར་ཕུང་པོ་བདག་འདོད་ན། །གང་གི་བྱིར་སྟོན་པས་དགོ་  
སྟོང་དག་དགོ་སྟོང་ངམ་བྲམ་ཟེ་གང་སུ་དག་ཅིག་བདག་གོ་སྟམ་དུ་ཡང་དག་པར་  
རྗེས་སུ་ལྟ་བ་དང་བདག་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕུང་པོ་འདི་དག་ཁོ་ན་ལ་ཡང་དག་  
པར་རྗེས་སུ་ལྟ་འོ་ཞེས་ཕུང་པོ་རྣམས་ཁོ་ན་བདག་གོ་ཞེས་གསུངས་པས་དེའི་བྱིར་  
ཕུང་པོ་བདག་ཏུ་འདོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཕུང་ལས་གཞན་དག་འགོག་པ་སྟེ། །  
གཟུགས་བདག་མིན་སོགས་མདོ་གཞན་གསུངས་བྱིར་རོ། །མདོ་འདིས་ནི་ཕུང་པོ་  
བདག་ཏུ་གསལ་བ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་དེ། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཕུང་པོ་ལས་བྱེད་  
པའི་གཞན་གྱིས་ཀུན་བརྟགས་པའི་བདག་དགག་པའི་བྱིར་དང་། ཀུབ་རྫོབ་ཀྱི་  
བདེན་པ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་གསལ་བར་བྱ་བའི་བྱིར་རོ། །ཡང་འདི་ཕུང་པོ་ལས་  
གཞན་པའི་བདག་འགོགས་པར་གང་ལས་ཤེས་ཞེ་ན། མདོ་གཞན་ལས་གཟུགས་

ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་བདག་ཡིན་པ་བཀག་པའི་ཕྱིར་རོ། །རི་ལྷར་ཞེ་ན། གང་  
 ཕྱིར་གཟུགས་ཚོར་བདག་མིན་འདུ་གཤམ་གྱང་། །མ་ཡིན་འདུ་བྱེད་རྣམས་མིན་རྣམ་  
 ཤེས་གྱང་། །མིན་པར་མདོ་གཞན་ལས་གསུངས་དེ་ཡི་ཕྱིར། །མདོར་བསྟན་ཕྱང་  
 པོ་བདག་ཅེས་བཞེད་མ་ཡིན། །གང་གི་ཕྱིར་གཟུགས་བདག་མིན་ཞེས་པ་ནས་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པའང་བདག་མིན་ཞེས་པའི་བར་དུ་མདོ་གཞན་ལས་གསུངས་པ་  
 དེའི་ཕྱིར་མདོ་ལས་བསྟན་པའི་དོན་ཕྱང་པོ་བདག་ཅེས་བཞེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་  
 ཏེ་སྒྲུབ་གྱི་མདོ་ལས་ཕྱང་པོ་རྣམས་བདག་ཡིན་པར་བསྟན་ན། མདོ་གཞན་ལས་  
 གཟུགས་སོགས་བདག་ཡིན་པ་འགོག་པར་མི་རིགས་ཏེ། མདོ་སྒྲུབ་དང་འགལ་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་མདོ་སྒྲུབ་མས་ནི་གཞན་གྱིས་ཀྱན་བརྟགས་པའི་ཕྱང་པོ་  
 ལས་བྱ་དང་པའི་བདག་བཀག་པ་འོ་ན་ཡིན་ལ། གང་ལས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
 བདག་ཡིན་པ་བཀག་པ་དེ་ལས་ནི། རྟོན་ནས་བརྟགས་པའི་བདག་འཛིག་ཚོགས་  
 ལ་ལྟ་བའི་ཡུལ་ཕྱང་པོའི་ཉེར་ལེན་ཅན་བཀག་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་འོ་ན་ཉིད་སེམས་པ་  
 སྐབས་སུ་བབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་དགེ་སློང་དག་ཅེས་པའི་མདོ་སྒྲུབ་པ་  
 སྐབས་པའི་ཚུལ་དུ་རེས་གྱང་། ཕྱང་པོ་རྣམས་བདག་ཡིན་པར་སྟོན་པར་རྟུག་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། ཕྱང་པོ་བདག་ཅེས་བརྗོད་ཆེ་ཕྱང་རྣམས་ཀྱི། །ཚོགས་པ་ཡིན་  
 གྱི་ཕྱང་པོའི་ངོ་བོ་མིན། །དཔེར་ན་གྲིང་རྣམས་ནི། བགས་ཚལ་ལོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ན།  
 གྲིང་གི་ཚོགས་པ་བགས་ཚལ་ཡིན་གྱི། གྲིང་རེ་རེ་བགས་ཚལ་དུ་མི་འགྱུར་བ་དེ་  
 བཞིན་དུ། ཕྱང་པོ་རྣམས་བདག་གི་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཆེ་འང་ཕྱང་པོའི་ཚོགས་པ་



ཉིད་བདག་ཏུ་བརྗོད་པ་ཡིན་གྱི། ཡུང་པོ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་མ་ཡིན་ལ། ཚེགས་པ་  
 བདག་ཏུ་བརྗོད་ནའང་བདག་ཏུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། མགོན་མིན་  
 འདུལ་མིན་དཔང་པོ་ཉིད་ཀྱང་མིན། །དེ་མེད་ཕྱིར་དེ་ཚེགས་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །བཙུང་  
 ལྷན་འདས་གྱིས། རི་སྐད་དུ། བདག་ཉིད་བདག་གི་མགོན་ཡིན་ཏེ། །བདག་ཉིད་  
 བདག་གི་དགྲ་ཡང་ཡིན། །ལེགས་དང་ཉེས་པ་བྱེད་པ་ན། །བདག་ཉིད་བདག་གི་  
 དཔང་པོ་ཡིན། །ཞེས་བདག་ནི་མགོན་ཉིད་དང་དཔང་པོ་ཉིད་དུ་གསུངས་ལ། བདག་  
 ཉིད་ལེགས་པར་དུལ་བས་ནི། །མཐས་པས་མགོ་རིས་གོ་བ་པར་འགྱུར། །ཞེས་  
 པས་འདུལ་བར་ཡང་གསུངས་ན། ཚེགས་པ་ཙམ་ནི་རྩ་ས་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མགོན་  
 ཉིད་དང་། འདུལ་བའམ་དཔང་པོ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་པས། དེའི་ཕྱིར་ཚེགས་པ་  
 བདག་མ་ཡིན་ཅོ། །གཞན་ཡང་། དེ་ཆོ་དེ་ཡི་ཡན་ལག་ཚེགས་གནས་རྣམས། །  
 ཤིང་རྟ་ཉིད་འགྱུར་ཤིང་རྟ་དང་བདག་མཆུངས། །རི་སྐད་དུ་མདོ་ལས། བདག་  
 ཅེས་བྱ་བ་བདུད་གྱི་སེམས། ཁྱེད་ནི་ལྟ་བར་གྱུར་པ་ཡིན། །འདུ་བྱེད་ཡུང་པོ་འདི་  
 སྒྲོང་སྟེ། །འདི་ལ་སེམས་ཅན་ཡོད་མ་ཡིན། །རི་ལྟར་ཡན་ལག་ཚེགས་རྣམས་ལ། །  
 བརྟེན་ནས་ཤིང་རྟར་བརྗོད་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་ཡུང་པོ་རྣམས་བརྟེན་ནས། །ཀུན་  
 རྗོད་སེམས་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པས། ཤིང་རྟ་དང་བདག་མཆུངས་ལ།  
 དེའི་ཕྱིར་གང་གི་ཆོ་ཡུང་པོ་ཚེགས་ཙམ་བདག་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ་གཟེར་བུ་ལ་སེགས་  
 པ་ཤིང་རྟ་དེའི་ཡན་ལག་ཚེགས་པར་གནས་རྣམས་ཤིང་རྟ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ན། དེའང་  
 མི་རིགས་ཏེ། ཡན་ལག་ཚེགས་པ་ཤིང་རྟ་ཉིད་དུ་འགོག་པའི་ཕྱིར་ལོ། །དེ་ལྟར་ན།

མདོ་ལས་ཡུང་པོ་བརྟེན་ནས་ཡིན་གསུངས་པ། །དེ་ཕྱིར་ཡུང་པོ་འདུས་ཙམ་བདག་  
མ་ཡིན། །མདོ་ལས་ཡུང་པོ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་ཏུ་ཉི་བར་བཏགས་པར་  
གསུངས་པ་དེའི་ཕྱིར་ཡུང་པོ་འདུས་ཙམ་ནི་བདག་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། གང་  
ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་གང་བཏགས་པ་དེ་ནི་ཉི་བར་ལེན་པའི་ཡན་ལག་ཆོགས་པ་  
ཙམ་མ་ཡིན་ཏེ། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། ས་ལ་སོགས་པའི་  
འབྱུང་བ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པ་དང་། སྤྲིག་ལ་སོགས་པའི་  
འབྱུང་འགྱུར་རྣམས་བཏགས་སོང་གི་དེ་དག་འབྱུང་བ་འདུས་ཙམ་མ་ཡིན་པ་  
བཞིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་ཆོགས་པ་ཙམ་གྱིང་ཏྲ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་  
ཀྱང་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དབྱིབས་ཁུད་པར་ཅན་དང་ལྡན་པར་གྱུར་པ་  
དེའི་ཆེ་གྱིང་ཏྲའི་མིང་རྟེན་པར་འགྱུར་རོ། །

དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་བཞོད་པའི་དབྱིབས་ཙམ་  
 བདག་ཡིན་གྱི་ཚོགས་པ་ཙམ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེའང་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར།  
 དབྱིབས་གེ་ན་དེ་གཟུགས་ཙན་ལ་ཡོད་ཏེ། །དེ་དག་ཉིད་ལ་བདག་ཅེས་བྱོད་  
 འདོད་ཀྱི། །སེམས་ལ་སོགས་པ་འདུས་པའི་རོ་བོ་ནི། །བདག་མིན་འགྱུར་ཏེ་དེ་ལ་  
 དབྱིབས་མེད་ཏེ། །དབྱིབས་ཀྱི་བྱུང་པར་བདག་ཡིན་ན་དབྱིབས་དེ་ནི་གཟུགས་  
 ཙན་རྣམས་ལ་ཡོད་པའི་བྱིར། གཟུགས་ཙན་དེ་དག་ཉིད་ལ་བདག་ཅེས་བྱོད་འདོད་  
 པར་འགྱུར་གྱི་སེམས་ལ་སོགས་པ་མིང་བཞིའི་སྤར་པོ་འདུས་པའི་རོ་བོ་ནི་བདག་  
 མིན་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་ལ་དབྱིབས་མེད་པའི་བྱིར་ཏེ། གཟུགས་ཙན་མ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་། ཉེ་བར་ལེན་པོ་སྤང་བྱ་དངོས་གཅིག་ཏུ། །མི་རིགས་  
 ལས་དང་བྱེད་པོ་གཅིག་འགྱུར་ཕྱིར། །ཉེ་བར་ལེན་པོ་བདག་དང་ཉེ་བར་སྤང་  
 བྱའི་དངོས་པོ་རྣམས་གཅིག་ཏུ་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་གཅིག་  
 ཏུ་འགྱུར་ན། དེའང་འདོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འབྱུང་བ་དག་རྒྱུར་བྱས་པའི་གཟུགས་  
 དག་དང་། བུམ་པ་དང་། རྩ་མཐུན་དག་གྲང་གཅིག་ཉིད་དུ་བལ་བར་འགྱུར་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །རི་རྒྱན་དུ་བསྟན་བཅོས་ལས། གལ་ཏེ་གིང་དེ་མེ་ཡིན་ན། །བྱེད་པ་པོ་  
 དང་ལས་གཅིག་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། མེ་དང་གིང་གི་བདག་དང་ནི། །ཉེ་  
 བར་སྤངས་པའི་རིམ་པ་ཀུན། །བུམ་སྒྲུལ་སོགས་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ། །མ་ལུས་པར་  
 བྱི་རྣམ་པར་བཤད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཅི་སྟེ་བྱེད་པོ་མེད་ལས་ཡོད་སྟེ་  
 སྒྲོ་ཡིན་ན། གང་ཞིག་བྱེད་པ་པོར་འགྱུར་པའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་པོ་ནི་འགའ་ཡང་མེད་གྱི།  
 ལས་སུ་གྱུར་པ་གཟུགས་སོགས་ཉེ་བར་ལེན་པ་འདུས་པ་ཅུ་མ་ཡོད་དོ་སྟེ་སྟེ་ན། མ་  
 ཡིན་གང་ཕྱིར་བྱེད་པོ་མེད་ལས་མེད། །དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བྱེད་པ་པོ་མེད་ན་རྒྱ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་ལས་གྲང་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བས་ན་གང་དུ། བྱེད་པ་པོ་ནི་མ་  
 དམིགས་གྱི་ལས་གྲང་ཡོད་ལ་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའང་ཡོད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་དེར་ནི།  
 བྱེད་པ་པོ་བདེན་པ་བཀག་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །བརྟེན་ནས་བདགས་པ་བྱ་སྟང་  
 ཡན་ལག་ཏུ་གྱུར་པའི་བྱེད་པ་པོ་ནི་བཀག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རི་རྒྱན་དུ་མི་རིག་པ་དང་  
 རྩེས་སུ་འབྲེལ་བའི་གང་ཟག་འདི་ནི་བསོད་ནམས་མངོན་པར་འདུ་བྱ་བའང་  
 མངོན་པར་འདུ་བྱེད་དོ་ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །



གསུམ་པ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པར་བསྟན་པ་ནི། གང་ཕྱིར་བྱུང་པས་  
 བདག་དེ་ས་ཁུ་མི། །རྒྱ་དང་རྒྱལ་གཤམ་ནས་མཁའ་ཞེས་བྱ་བ། །ཁམས་རྒྱག་དང་  
 རི་མིག་སོགས་རིག་པ་ཡི། །རྟེན་རྒྱག་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཉེར་བསྟན་ཅིང་། །སེམས་  
 དང་སེམས་བྱུང་ཆོས་རྣམས་ཉེར་འབྱུང་ནས། །ངེས་གསུངས་དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་དེ་རྣམས་  
 དང་། །དེ་ཉིད་མ་ཡིན་ཆོགས་ཙམ་ཉིད་མིན་ཏེ། །དེ་ཕྱིར་དེ་དག་རྣམས་ལ་ངར་མི་  
 རིགས། །གང་གི་ཕྱིར་བྱུང་པས་མདོ་སྤེལ་ས། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་སྟེས་བྱ་གང་ཟག་དེ་  
 རི་། །ཁམས་རྒྱག་དང་། རིག་པ་འོ་སྟེ་མཆེད་རྒྱག་དང་། ཡིད་ཀྱི་ཉེ་བར་རྒྱ་བ་བཙོ་  
 བརྒྱད་དོ། །ཞེས་བདག་དེ་ས་དང་རྒྱལ་སོགས་པ་ཁམས་རྒྱག་དང་། མིག་གི་  
 འདུས་ཏེ་རིག་པ་ནས་ཡིད་ཀྱི་འདུས་ཏེ་རིག་པ་འོ་བར་རིག་པ་འོ་རྟེན་རྒྱག་དག་ལ་  
 བརྟེན་ནས་ཉེ་བར་བསྟན་ཅིང་། གཟུགས་སོགས་ཡུལ་རྒྱག་ལ་ཡིད་བདེ་བའི་ཉེ་  
 བར་རྒྱ་བ་རྒྱག་དང་། ཡིད་མི་བདེ་བའི་ཉེ་བར་རྒྱ་བ་རྒྱག་དང་། བཏང་སྟོམས་ཀྱི་  
 ཉེ་བར་རྒྱ་བ་རྒྱག་སྟེ། ཡིད་ཀྱི་ཉེ་བར་རྒྱ་བ་བཙོ་བརྒྱད་ལ་བརྟེན་པ་དང་། སེམས་  
 དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་ཉེ་བར་བཟུང་ནས་བདག་ཏུ་བཏགས་སོ། །  
 གང་གི་ཕྱིར་ཁམས་སོགས་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་ནས་བདག་ཏུ་བཏགས་སོ་ཞེས་ངེས་  
 བར་གསུངས་པ་དེའི་ཕྱིར་བདག་དེ་ནི་ཆོས་དེ་རྣམས་དང་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་ལ། དེ་  
 རྣམས་ཆོགས་ཙམ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ཆོས་དེ་རྣམས་  
 བདག་ཏུ་མི་རུང་བ་དེའི་ཕྱིར། ཆོས་དེ་དག་རྣམས་ལ་ངར་འཛིན་པ་མི་རིགས་སོ། །  
 དེ་ལྟར་ན་ཡུང་པོ་རྣམས་ངར་འཛིན་གྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་ལ། ཡུང་པོ་ལས་བྱ་དང་པའང་

ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་རར་འཛིན་གྱི་ཡུལ་མེད་པས་རྣལ་འབྱོར་པས་བདག་  
 མི་དམིགས་གིང་བདག་གི་བ་ཡང་སྤྱིར་པོ་དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་པར་ཡོངས་སུ་གཤམ་ཏེ།  
 འདུས་བྱས་མཐའ་དག་བསལ་ཏེ། དེས་པར་ལེན་པ་མེད་པར་སྤྱངས་ལས་འདའ་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་སྤྱང་པོ་ལས་དེ་ཞིང་དང་གཞན་པའི་བདག་མེད་པར་རྣམ་  
 བར་དབྱུང་པ་འདི་ཆེས་མཛེས་སོ། །བཞི་པ་བདག་ལྟ་མི་སྤྱིར་པར་བལ་བ་ནི། བདག་  
 མེད་རྟོག་ཆེ་རྟག་པའི་བདག་སྤྱིར་པ་གིང་། །འདི་ནི་རར་འཛིན་རྟོན་དུ་འདྲ་མི་འདོད་  
 པ། །དེའི་ཕྱིར་བདག་མེད་གཤམ་པས་བདག་ལྟ་བ། །དབྱིས་ཀྱང་འབྱེན་ཞེས་སྒྲ་  
 པ་གིན་ཏུ་མཛར། །གང་གི་ཆེ་རྣལ་འབྱོར་པས་བདག་མེད་པར་རྟོགས་པ་དེའི་ཆེ་  
 སྤྱང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་རྟག་པའི་བདག་མེད་པའི་རྟོགས་པའི་སྒྲོན་མ་སྤྱིར་  
 ཞིང་། དེ་ལྟ་བུའི་བདག་འདི་ནི་འཛིན་རྟོན་པ་རྣམས་ཀྱི་རར་འཛིན་རྟོན་ནམ་ཡུལ་  
 དུ་མི་འདོད་གྱི། སྤྱང་པོ་རར་འཛིན་གྱི་ཡུལ་དུ་འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར། སྤྱང་པོ་ལས་  
 དོན་གཞན་པའི་རྟག་པའི་བདག་མེད་པར་མཐོང་བས་སྤྱང་པོ་ཡུལ་ཅན་གྱི་བདག་  
 ཏུ་ལྟ་བའི་ས་བོན་ཀྱང་དབྱིས་འབྱེན་ཞེས་སྒྲ་བ་གིན་ཏུ་མཛར་ཏེ་པན་ཚུན་འབྲེལ་  
 པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཞིང་དཔེའི་སྒྲོན་མ་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བཤད་པ།  
 རང་བྱིས་ཅིག་ལུག་སྒྲུལ་གནས་མཐོང་བཞིན་དུ། །འདི་ན་གྲང་ཆེན་མེད་ཅེས་དོགས་  
 བསལ་ཏེ། །སྒྲུལ་གྱི་འཛིགས་པའང་སྤྱིར་པར་བྱེད་པ་ནི། །ཀྱེ་མ་གཞན་གྱི་གནམ་  
 པོར་འགྱུར་ཞིང་དོ། །དཔེར་ན་འགའ་ཞིག་གིས་རང་གི་བྱིས་ཀྱི་ཅིག་ལུག་ན་སྒྲུལ་  
 འབྲེལ་བ་མཐོང་བཞིན་དུ། །འདི་ན་གྲང་པོ་ཆེ་མེད་ཅེས་སྒྲུལ་གྱི་དོགས་པ་བསལ་

ནས་སྤྱལ་གྱི་འཛིགས་པ་སྦྱོར་བར་བྱེད་པ་ནི་ཤེས་ལྡན་གཞན་གྱིས་གནས་པོར་ཏེ་  
 གཞན་གན་གྱི་གནས་སུ་འགྱུར་བ་ཅིང་དེ། གང་གི་སྤྱིར་གྲུང་པོ་ཆེ་མེད་པས་ནི་  
 དེའི་སྤྱལ་གྱི་འཛིགས་པ་སེལ་བར་མི་རུས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྱང་པོ་དག་དང་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པར་བདག་དུ་སྦྱོ་བ་འདིའི་ལྷར་ནའང་རྟག་པའི་བདག་མེད་པས་སྤྱང་  
 པོའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་རར་འཛིན་པ་བསལ་བར་མི་རུས་ཏེ། དེའི་སྤྱིར་འདིའི་ལའོར་བ་  
 ཉམས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་བཀག་པའི་མཐུག་བསྐྱེ་བ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་རྟེན་དང་  
 བརྟེན་པར་དགག་པ་ནི། སྤྱང་པོར་བདག་ཡོད་མ་ཡིན་བདག་ལ་ཡང་། །སྤྱང་པོ་  
 དེ་རྣམས་ཡོད་མིན་གང་གི་སྤྱིར། །གཞན་ཅིང་ཡོད་ན་རྟོག་པ་འདིར་འགྱུར་ན། །  
 གཞན་ཅིང་དེ་མེད་དེ་སྤྱིར་འདིར་རྟོག་པའོ། །སྤྱང་པོ་རྣམས་ལ་བདག་བརྟེན་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་ཡོད་པའང་མ་ཡིན་ལ། བདག་ལའང་སྤྱང་པོ་དེ་རྣམས་བརྟེན་པའི་ཚུལ་  
 གྱིས་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། གང་གི་ཆེ་འཁར་གཞོང་དང་ཞོ་ལྷར་གཞན་ཅིང་ཡོད་ན་རྟེན་  
 དང་བརྟེན་པའི་རྟོག་པ་འདིར་འགྱུར་ན། སྤྱང་པོ་དང་བདག་ནི་གཞན་མེད་པ་དེའི་  
 སྤྱིར་དེ་དག་ལ་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་རྟོག་པས་བརྟགས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཅོ། །གཉིས་  
 པ་ཡོན་ཏན་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་ལྡན་པ་དགག་པ་ནི། བདག་ནི་གཟུགས་དང་  
 ལྡན་མིན་མེད་པའི་སྤྱིར། །ལྡན་དོན་སྦྱོར་བ་མེད་དེ་པ་ཅན་དང་། །གཟུགས་ཅན་  
 ཐ་དང་ཐ་དང་མིན་བརྗོད་ལ། །བདག་གི་གཟུགས་ལས་དེ་ཅིང་གཞན་མེད་སྤྱིར། །  
 བདག་ནི་གཟུགས་སོགས་སྤྱང་པོ་རྣམས་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྷར། ལྷན་



པའི་སྒྲོ་དེའང་ལྷས་བྱིན་པ་ལང་ཅན་ཞེས་པ་དེར་ནི་ཐ་དད་ལ་ལྷན་པའི་སྒྲོ་བརྗོད་  
 པར་དམིགས་ལ། ལྷས་བྱིན་གཟུགས་ཅན་ཞེས་པ་དེར་ནི་ཐ་དད་མིན་པ་ལ་ལྷན་  
 པའི་སྒྲོས་བརྗོད་པར་དམིགས་ན། བདག་ནི་གཟུགས་སྟོགས་ལས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་  
 ཉིད་མེད་པར་སྒྲར་བཤད་ཟིན་པའི་བྱིར་ལྷན་པའི་སྒྲོ་སྒྲོར་བའི་དོན་མེད་དོ། །

གསུམ་པ་འཛིག་ལྷའི་རྣམ་གངས་བསྟན་པ་ནི། གཟུགས་བདག་མ་ཡིན་  
 བདག་ནི་གཟུགས་ལྷན་མིན། །གཟུགས་ལ་བདག་མེད་བདག་ལ་གཟུགས་ཡོད་  
 མིན། །དེ་ལྷར་རྣམ་བཞིར་སྤང་པོ་ཀུན་ཤེས་བྱ། །དེ་དག་བདག་ཏུ་ལྷ་བ་ནི་ཤུར་  
 འདོད། །གཟུགས་ནི་བདག་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་དང་མཚན་ཉིད་མི་མཐུན་པའི་  
 བྱིར། སྒྲེས་བུ་ལ་དོ་ཤལ་བཞིན་དུ་བདག་གཟུགས་དང་ལྷན་པའང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 དག་གཞན་དུ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །རིའི་སུལ་ན་མེད་གེ་ལྷར་གཟུགས་ལ་བདག་  
 རྗེས་སུ་ཞུགས་ཏེ་གནས་པའང་མེད་ལ། ལྷས་བྱིན་གྱི་ཚོར་ལྷར་བདག་ལ་གཟུགས་  
 དབང་བསྐྱར་བྱར་ཡང་ཡོད་པ་མིན་ནོ། །ཚུལ་དེ་ལྷར་རྣམ་པ་བཞིའི་སྒྲོ་ནས་མིང་  
 བཞིའི་སྤང་པོ་ཀུན་ལའང་བདག་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྷར་ན་སྤང་པོ་ལྷ་  
 བདག་དང་བྲལ་བ་ལ་ཇི་སྐད་བཤད་པ་ལས་བསྒྲོག་པ་རྣམ་པ་བཞི་བཞིའི་སྒྲོ་ནས་  
 བདག་ཉིད་དུ་བབྱང་བ་ནི། བདག་ཏུ་ལྷ་བའང་འཛིག་ཚོགས་ལ་ལྷ་བ་ནི་མཐའ་  
 ཉི་ཤུར་འདོད་དོ། །གལ་ཏེ་བསྟན་བཅོས་ལས། སྤང་མིན་སྤང་པོ་ལས་གཞན་མིན། །  
 དེ་ལ་སྤང་མེད་དེར་དེ་མེད། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྤང་ལྷན་མིན། །དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་གང་ཞིག་ཡིན། །ཅིས་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ལྷ་ལྷ་གསུངས་པ་མ་ཡིན་

ནམ། དེའི་ཕྱིར་འདི་ཆ་ཉི་ཤུ་ལྷར་འགྱུར་ན་རི་ལྷར་ཆ་ཉི་ཤུར་འགྱུར་ཞེ་ན། འཇིག་  
 ཆོག་ས་ལ་ལྷ་བའི་ཆ་དེ་དག་ནི་མདོ་སྡེ་ལས་རྣམ་པར་བཞག་ལ། འཇིག་ལྷས་གྲུང་  
 ལུང་པོ་རྣམས་མ་བཟུང་བར་བདག་ཏུ་མདོན་པར་ཞེན་པར་སི་རྒྱས་པས་གཟུགས་  
 བདག་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་བཞི་བཞིའི་སྒོ་ནས་ལུང་པོ་རྣམས་ལ་དམིགས་  
 ཤིང་འཇུག་གོ། འདི་ལྷར་ལུང་པོ་མ་གཏོགས་པར་ནི་འགའ་ལའང་བདག་ཏུ་མདོན་  
 པར་ཞེན་པ་མེད་པས་འཇིག་ཆོག་ས་ལ་ལྷ་བ་ལྷ་བ་མི་སྤྲོད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་འཇིག་  
 ཆོག་ས་ལ་ལྷ་བ་ནི་ཆ་ཉི་ཤུ་ཁོ་མོ་ཡིན་ནོ། །བསྟན་བཅོས་ལས། ལྷ་བ་གཞན་ཉིད་  
 གྱི་ཕྱོགས་གསུངས་པ་ནི་མུ་སྟེགས་པའི་ལུགས་དགག་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཤེས་པར་  
 ཐུངོ། །འཇིག་ཆོག་ས་ལ་ལྷ་བའི་ཆ་ཉི་ཤུར་ངས་པ་དེ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར། བདག་མེད་ཏོགས་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་རྩོ་རྩེ་ཡིས། །བཅོམ་པའི་བདག་དང་ལྷན་ཅིག་འཇིག་འགྱུར་བ། འཇིག་  
 ཆོག་ས་ལྷ་རི་བརྟན་པ་ལ་གནས་པའི། །རྩེ་མོ་མཐོ་བར་གྱུར་པ་འདི་དག་གོ། །མདོ་  
 ལས། འཇིག་ཆོག་ས་ལ་ལྷ་བའི་རིའི་རྩེ་མོ་ཉི་ཤུ་མཐོ་བ་ཡེ་ཤེས་གྱིས་རྩོ་རྩེས་བཅོམ་  
 བས་རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་མདོན་དུ་བྱས་སོ་ཞེས་བདག་མེད་ཏོགས་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་གྱི་རྩོ་རྩེས་བཅོམ་པའི་བདག་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འཇིག་པར་གསུངས་པའི་  
 འཇིག་ཆོག་ས་ལ་ལྷ་བའི་རི་བོ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་རྩོ་རྩེ་མ་བཟུང་བས་ཉིན་རེ་  
 ཞིང་ཉིན་མོངས་པའི་བྲག་རྩོ་འཕེལ་བ། འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བྱུང་བས་  
 དཔར་ཁམས་གསུམ་དུ་མཐོ་བ། ཕྱོགས་གྱིས་ངོས་མ་ལུས་པ་བྱུང་བས་བརྟན་པ།  
 མ་རིག་པའི་གསེར་གྱི་ས་གཞི་ལས་འཐོན་པ་རྩེ་མོ་ཆེས་མཐོ་བར་གྱུར་པ་ནི་གོང་

དུ་བཤད་པ་ཉི་ཤུ་པོ་འདི་དག་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་བདག་དགག་པ་ལ། དང་པོ་སྤྱོད་སྒྲིམ་སྒྲིམ་  
བརྗོད་པ་ནི། ཁ་ཅིག་གང་ཟག་རྫས་སྟོང་དེ་ཉིད་གཞན། རྟག་དང་མི་རྟག་བརྗོད་  
དུ་མེད་འདོད་དེ། རྣམ་ཤེས་དུག་གི་ཤེས་བྱར་དེ་འདོད་ཅིང་། རེ་ནི་བདག་རྒྱ་  
འཛིན་པའི་གཞིར་ཡང་འདོད། རྒྱུ་གསལ་པ་མང་པོས་བཀྱར་བ་ཁ་ཅིག་ནི། གང་  
ཟག་ནི་ཡུང་པོ་ལས་གཞན་དུ་མི་འབྱུང་དེ། ཡུང་པོ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་གང་ཟག་  
འཛིན་པ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། ཡུང་པོའི་རང་བཞིན་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་བ་འཛིག་  
པར་བལ་བའི་ཕྱིར་རོ། རེའི་ཕྱིར་ཡུང་པོ་དང་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་  
དོ། རྟི་ལྟར་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ལྟར། རྟག་པ་དང་ཆད་པའི་  
མཐར་ལྟར་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རྟག་པའང་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་འང་བརྗོད་དུ་མེད་  
དོ། རྟག་ཟག་ནི་རྫས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་རིགས་ཏེ། བྱེད་པ་པོ་དང་། ཟ་བ་པོ་  
ཉིད་དུ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་དང་། ལམས་བ་དང་སྤྱ་རན་ལས་འདས་པ་དང་། བཅིངས་  
པ་དང་། ཐར་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། རྟག་ཟག་དེ་ནི་རང་གི་རོ་  
པོས་ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་གྱི་གཟུགས་སོགས་སྤྱི་མཆེད་དུག་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་བྱས་པའི་སྒྲི་  
ནས་དེ་ཤེས་པར་བྱེད་པས། རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་གི་ཤེས་བྱའང་ཡིན་ལ། བདག་  
རྒྱ་འཛིན་པའི་གཞིའམ་ཡུལ་དུ་འང་འདོད་དོ། རེ་དགག་པ་ལ་དངོས་དང་། མཐུག་  
བསྐྱུ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལའང་རྫས་སྟོང་གྲུབ་ན་བརྗོད་མེད་མ་ཡིན། བརྗོད་  
མེད་ཡིན་ན་བདགས་སྟོང་དུ་བསྟན། དངོས་པོའི་ཆོས་མེད་པས་བདག་མ་གྲུབ་པར་



བསྟན་པ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། གང་ཕྱིར་དངོས་ཡོད་བཟོད་མེད་མ་ཡིན་  
 པས། །གཟུགས་ལ་སེམས་བཟོད་མེད་པ་མ་ཡིན་པ། །དེ་བཞིན་བདག་འགའ་དངོས་  
 པོར་གྱུབ་གྱུར་ན། །སེམས་ལྟར་བཟོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་མི་འགྱུར། །གང་གི་ཕྱིར་  
 དངོས་པོར་ཡོད་པ་ནི་རྣམ་པ་གཞན་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བཟོད་  
 དུ་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ལས་སེམས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བཟོད་དུ་མེད་  
 པ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་བདག་དངོས་པོར་གྱུབ་ན་སེམས་ལྟར་དུ་གཟུགས་  
 སོགས་ལས་དེ་ཉིད་གཞན་དུ་བཟོད་དུ་མེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ། རི་  
 ལྟར་བུམ་པའི་དངོས་པོ་གཟུགས་སོགས་ལས། །བཟོད་དུ་མེད་པས་རང་བཞིན་  
 མེད་འགྱུར་བཞིན། །བདག་གྱར་ལྟར་པོ་ལས་བཟོད་མེད་འགྱུར་དེ། །རོ་བོ་ཉིད་  
 གྱིས་ཡོད་པར་རྟོག་མི་བྱ། །རི་ལྟར་བུམ་པ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རང་གི་ཆོགས་  
 པ་ཅན་ལས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བཟོད་དུ་མེད་པས་རང་བཞིན་མེད་པ་དེ་བཞིན་  
 དུ་བདག་གྱར་ལྟར་པོ་ལས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་དུ་བཟོད་དུ་མེད་ན་རོ་བོ་ཉིད་  
 གྱིས་ཡོད་པར་རྟོག་པར་མི་བྱའོ། །བདགས་པ་ཅམ་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ།  
 རྣམ་ཤེས་དངོས་ཡོད་རང་ལས་གཞན་མིན་དང་། །གཟུགས་སོགས་རྣམས་ལས་  
 གཞན་དུ་གྱུར་འདོད་ཅིང་། །དངོས་ལ་རྣམ་པ་དེ་གཉིས་མཐོང་གྱུར་པས། །བདག་  
 ནི་མེད་དེ་དངོས་ཆོས་དང་བྲལ་ཕྱིར། །རི་ལྟར་རྣམ་ཤེས་དངོས་པོར་ཡོད་པ་ནི་རང་  
 ལས་གཞན་མ་ཡིན་ཞིང་། གཟུགས་སོགས་རྣམས་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ལྟར་དངོས་  
 པོ་རྣམས་ལ་དེ་ཉིད་དང་གཞན་གྱི་རྣམ་པ་དེ་གཉིས་མཐོང་བར་གྱུར་པས། །དེའི་

ཕྱིར་ཁྱོད་གྱི་བདག་ནི་དངོས་པོར་མེད་དེ། དངོས་པོའི་ཚོས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་མོ་  
གཤམ་གྱི་བུ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་བཀག་པའི་མཐུག་བསྐྱ་བ་ནི། དེ་ཕྱིར་ངར་  
འཛིན་རྟེན་ནི་དངོས་པོ་མིན། །ཡུང་ལས་གཞན་མིན་ཡུང་པོའི་ངོ་བོ་མིན། །ཡུང་པོ་  
རྟེན་མིན་འདི་ནི་དེ་ལྟར་མིན། །གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་དབྱེད་ན་གང་ཟག་  
རྣམས་སུ་ཡོད་པར་མི་རིགས་པ་དེའི་ཕྱིར་ངར་འཛིན་པའི་རྟེན་ནམ་ཡུལ་ནི་རྣམ་  
པར་གཞིགས་ན་དངོས་པོར་ཡོད་པ་མིན་ཞིང་། ཡུང་པོ་ལས་གཞན་པའང་མིན་ལ།  
ཡུང་པོའི་ངོ་བོ་འཕམ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡུང་པོ་རྣམས་ལ་བརྟེན་པའང་མ་ཡིན་ལ། བདག་  
འདི་ནི་ཡུང་པོ་དང་ལྟན་པར་ཡང་མི་རིགས་སོ། །

དེ་ལྟར་བདག་རྣམས་ཡོད་བཀག་ནས། གང་ཟག་རྟེན་འབྲེལ་དུ་བསྐྱར་པ་ལ།  
དངོས་དང་། དེ་དབུའི་སྒྲིལ་ནས་སྐྱབ་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་རིགས་  
པའི་རྣམ་པ་དུ་མས་གང་ཟག་འགོག་པར་བྱེད་ན། ཅི་གང་ཟག་ཅེས་བྱ་བ་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་དུ་མེད་པ་ཞིག་གམ་ཞེ་ན། འདིར་ནི་ཡུང་པོ་བརྟེན་ནས་འགྲུབ་པར་  
འགྱུར། །ཇི་ལྟར་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་འདི་འབྱུང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཙམ་ཞིག་ཀུན་རྫོབ་གྱི་  
བདེན་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་མ་ཆད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཁས་ལེན་གྱི་རྒྱ་མེད་ལ་སོགས་  
པ་དག་ལས་སྒྲིལ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། འདིར་ཡང་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་སྒྲིལ་  
དང་ལྟན་པའི་གང་ཟག་རྣམས་ཡོད་རྣམ་པར་བསལ་ནས། ཡུང་པོ་རྣམས་ལ་བརྟེན་  
ནས་བཏགས་པའི་གང་ཟག་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ཙམ་ཞིག་འཛིན་རྟེན་གྱི་ཐ་སྐད་རྣམ་  
པར་གནས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཁས་སྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ་བདག་གམ། གང་ཟག་དུ་ཐ་སྐད་

བཏགས་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་དེ་དཔེས་སྒྲུབ་པ་ལ། དཔེ་དངོས། དེས་  
མཆོམ་པའི་དོན་བསྟན་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ། མདོར་བསྟན་པ་ནི། བདག་  
བཏགས་པ་ཙམ་དུ་གྲུབ་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་རྩིས་བཤད་པའི་དོན་ཉིད་གསལ་  
བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བྱི་རོལ་གྱི་དཔེ་བསྟན་པ། ཤིང་རྩ་རང་གི་ཡན་ལག་ལས་གཞན་  
མིན། །གཞན་མིན་མ་ཡིན་དེ་ལྟར་ཡང་མིན་ཞིང་། །ཡན་ལག་ལ་མིན་ཡན་ལག་  
དག་དེར་མིན། །འདུས་པ་ཙམ་མིན་དབྱིབས་མིན་སྒྲར་བཞིན་ལོ། །ཤིང་རྩ་འདི་ནི་  
རང་གི་ཡན་ལག་གཟེར་བྱ་དང་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ།  
དེ་དག་ལས་ལོགས་སུ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་མ་ཡིན་པའང་མ་ཡིན་ཏེ།  
ཡན་ལག་དེ་དག་རེ་རེ་བ་ལ་ཤིང་རྩ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡན་ལག་དེ་དག་དང་ལྟན་  
པའང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་མེད་པས་ལྟན་པའི་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
ཡན་ལག་དག་ལ་ཤིང་རྩ་བཞེན་པའང་མ་ཡིན་ལ། ཡན་ལག་དག་ཤིང་རྩ་དེར་བཞེན་  
པའང་མ་ཡིན་ཏེ། ཐ་དད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། ཆོགས་པའི་ཕྱོགས་དགག་པ། དབྱིབས་  
གྱི་ཕྱོགས་དགག་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཆོགས་ཙམ་ཤིང་རྩར་འགྱུར་  
ན་ནི། །སིལ་བུར་གནས་ལའང་ཤིང་རྩ་ཉིད་ཡོད་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཡན་ལག་ཆོགས་  
པ་ཙམ་ཤིང་རྩ་ཡིན་ན་ཆོགས་པ་ནི་ཆོགས་པ་ཙམ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
གཟེར་བྱ་ལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་སིལ་བུར་གནས་པ་ལའང་ཤིང་རྩ་ཡོད་པར་  
འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་། གང་ཕྱིར་ཡན་ལག་ཙན་མེད་ཡན་ལག་དག །མེད་པས།



ཞེས་སྒྲིམ་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ཡན་ལག་ཅན་མེད་ན། ཡན་ལག་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་དག་ཡན་ཚུན་སྟོས་ནས་བཞག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡན་ལག་ཅན་མེད་པར་ཡང་རང་  
 གིས་ཁས་སྒྲུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡན་ལག་གི་ཚྷགས་པ་གང་ཞིག་གིས་རྟེན་  
 འགྱུར། །གཉིས་པ་དབྱིབས་ཀྱི་ཕྱོགས་དགག་པ་ནི། དབྱིབས་ཅམ་གིས་རྟེན་རིགས་  
 བའང་མིན། །ཞེས་སྒྲིམ་ཏེ། འང་ཞེས་པ་ཡན་ལག་གི་ཚྷགས་པ་གིས་རྟེན་རིགས་  
 བར་མ་ཟད། ཡན་ལག་ཅན་མེད་ན་ཡན་ལག་དག་ཀྱང་མེད་པས་ཡན་ལག་ཚྷགས་  
 བའི་དབྱིབས་ཅམ་ཡང་གིས་རྟེན་རིགས་སོ། །གཞན་ཡང་གལ་ཏེ་དབྱིབས་ཅམ་  
 གིས་རྟེན་ཡིན་ན། ཡན་ལག་དག་གི་དབྱིབས་སམ། འོན་ཏེ་ཚྷགས་པའི་དབྱིབས་  
 ཡིན་གྱང་། དང་པོ་ལྟར་ན་སྒྲུབ་ཀྱི་དབྱིབས་ཀྱི་བྱུང་པར་མ་བཏང་བ་དག་གི་ལམ།  
 སྒྲུབ་ཀྱི་དབྱིབས་ཀྱི་བྱུང་པར་བཏང་བ་དག་གི་ཡིན་གྱང་། དེ་ལ་གལ་ཏེ། དང་པོ་  
 འདོད་ན་མི་རིགས་ཏེ། འདི་ལྟར། གལ་ཏེ་ཡན་ལག་གི་དབྱིབས་སྒྲུབ་ཡོད་པ། །ཇི་  
 བཞིན་གིས་རྟེན་གཏོགས་ལའང་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་དག་བྱེ་བར་གྱུར་ལ་ཇི་ལྟ་བར། །  
 ད་ལྟ་ཡང་ནི་གིས་རྟེན་ཡོད་མི་འགྱུར། །གལ་ཏེ་གིས་རྟེན་ཡན་ལག་འཕང་ལོ་ལ་  
 སོགས་པའི་དབྱིབས་གིས་རྟེན་མ་བཅས་པའི་སྒྲུབ་ཡོད་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་གིས་  
 རྟེན་གཏོགས་པའི་གནས་སྐབས་ལའང་དབྱིབས་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་ཡིན་ན། ཡན་ལག་  
 དེ་དག་སོ་སོར་བྱེ་བར་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡོད་པ་མིན་པ་ཇི་ལྟ་བར་ད་ལྟ་  
 གིས་རྟེན་བཅས་པའི་གནས་སྐབས་ནའང་གིས་རྟེན་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། གིས་རྟེན་  
 བཅས་པ་དང་མ་བཅས་པ་དག་གི་གནས་སྐབས་ཀྱི་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་ཀྱི་དབྱིབས་

བྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཕྱོགས་གཉིས་པ་ཁས་སྒྲངས་ན། སྒྲར་གྱི་  
 གནས་སྐབས་ལས་གཞན་པའི་དབྱིབས་ཁོ་ན་གིང་རྟ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་ན། དེའང་  
 མི་རིགས་ཏེ། འདི་ལྟར། གལ་ཏེ་གིང་རྟའི་དུས་ན་ཡན་ལག་ལ། །སྒྲར་ལས་  
 དབྱིབས་ཀྱི་བྱད་པར་གཞན་ཡོད་ན། །གཟུང་ཡོད་འགྱུར་ན་ཡོད་མིན་དེ་ཡི་ཕྱིར། །  
 ཡན་ལག་གི་དབྱིབས་གིང་རྟ་ཉིད་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་གིང་རྟ་དང་བཅས་པའི་དུས་  
 ན་དེའི་ཡན་ལག་འཕང་ལོ་དང་སྟོག་གིང་དང་གཟེར་བུ་ལ་སོགས་པའི་དབྱིབས་  
 ཀྱི་བྱད་པར་སོ་སོར་ལྷུམ་པ་དང་། རིང་བ་དང་། རྒྱུ་པ་ལ་སོགས་པ་གང་ཞིག་  
 སྒྲར་གིང་རྟ་མ་བཅས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡོད་པ་ལས་དབྱིབས་ཀྱི་བྱད་པར་  
 གཞན་ཞིག་ཡོད་ན་གཟུང་དུ་ཡོད་པར་འགྱུར་ན། ཕྱིབས་དང་། སྐྱ་བྱད་དང་། རྟེ་  
 བ་ལ་སོགས་པས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་དབྱིབས་ཅན་འཕང་ལོ་ལ་ནི་གིང་རྟའི་  
 གནས་སྐབས་ན་རང་གི་དབྱིབས་གཞན་དུ་གྱུར་པ་གཟུང་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ།  
 དེ་བཞིན་དུ་སྟོག་གིང་ལ་སོགས་པ་དག་ལའང་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡན་ལག་དག་གི་  
 དབྱིབས་གིང་རྟ་ཉིད་དུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་  
 ལག་ཚོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབྱིབས་ཀྱི་བྱད་པར་གིང་རྟ་ཡིན་ནོ་སྟུམ་ན། དེའང་མི་  
 རིགས་སོ་ཞེས་བཤད་པ། གང་ཕྱིར་བྱོད་ཀྱི་ཚོགས་པ་ཅང་མེད་པས། །དབྱིབས་  
 དེ་ཡན་ལག་ཚོགས་ཀྱི་མ་ཡིན་ན། །གང་ཞིག་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་དེ་བརྟེན་ནས། །འདིར་  
 ནི་དབྱིབས་སུ་ལྟ་ཞིག་ཇི་ལྟར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཚོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཅིག་  
 དངོས་པོར་ཡོན་ན། དེའི་རྟེན་ཅན་གྱི་དབྱིབས་སུ་གདགས་པར་འགྱུར་ན། བྱོད་

གྱི་ལྟར་ན་ཚོགས་པ་ནི་དངོས་པོར་ཅང་གྲུབ་པ་མེད་པས་ཤིང་རྟའི་དབྱིབས་དེ་ནི་  
 ཡན་ལག་ཚོགས་པ་ཙམ་གྱི་རྟེན་ཅན་མ་ཡིན་ན། གང་ཞིག་ཅིའང་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་  
 པ་ལ་བརྟེན་ནས་འདིར་དབྱིབས་སྤྱད་གནས་པ་ཇི་ལྟར་འགྱུར་དེ། བཏགས་པ་ནི་  
 རྩ་ས་གྱི་རྟེན་ཅན་ཁོ་ནར་ཁས་སྒྲུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་མི་བདེན་དུ་ཟེན་གྱང་  
 ཚོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་བདེན་པའི་དབྱིབས་སྤྱད་འགྱུར་རོ་ཞེས་འདོད་ན། བྱོད་  
 གྱི་འདི་ནི་ཇི་ལྟར་འདོད་དེ་ལྟར། །མི་བདེན་པ་ཡི་རྒྱ་ལ་བརྟེན་བྱས་ནས། །འབྲས་  
 བུའི་རྣམ་པ་མི་བདེན་རང་བཞིན་ཅན། །ཐམས་ཅད་ཀྱང་ནི་སྟེ་བར་ཤེས་པར་གྱིས།  
 བྱོད་གྱིས་ཇི་ལྟར་མི་བདེན་པའི་ཚོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་བདེན་པ་དབྱིབས་སྤྱད་  
 འདོགས་པ་དེ་ལྟར་མ་རིག་པ་དང་། ས་བོན་ལ་སོགས་པ་མི་བདེན་པའི་རྒྱ་ལ་བརྟེན་  
 བྱས། འདྲ་བྱེད་དང་སྤྱ་གྲུ་ལ་སོགས་ལ་འབྲས་བུའི་རྣམ་པ་མི་བདེན་པའི་རང་  
 བཞིན་ཅན་ཐམས་ཅད་སྟེ་བར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། འབད་ཚེ་ལ་བརྒྱ་ལྷག་གིས་ཀྱང་  
 གང་གི་ཤ་ཟ་བར་མི་རྣམས་པའི་རི་དྲགས་གྱི་གྲིབ་མ་ལྟ་བུའི་དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་  
 ཞེན་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། འདིས་ནི་གཟུགས་སོགས་དེ་ལྟ་གནས་རྣམས་ལ། །བུམ་སྟོ་  
 ཞེས་བྱའང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཉིད། །ཤིང་རྟའི་དཔེ་འདིས་ནི་གཟུགས་སོགས་ཡན་  
 ལག་རྟགས་བཞོད་པ་དེ་ལྟར་གནས་པ་རྣམས་ལ་བུམ་པ་སོགས་གྱི་སྟོར་འགྱུར་རོ་  
 ཞེས་སྟེ་བའང་རིགས་པ་མ་ཡིན་དེ། དེ་དག་ལའང་ཤིང་རྟའི་རྣམ་པར་དབྱུང་པ་  
 མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་། སྟེ་བ་མེད་པས་གཟུགས་སོགས་ཀྱང་མི་  
 རིགས། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་དེ་དག་དབྱིབས་མི་རིགས། །དངོས་པོ་རྣམས་ཇི་ལྟར་སྟེ་བ་



མེད་པ་དེ་ལྟར་ནི་བཤད་ཟིན་ལ། དེ་ལྟར་ན་སྐྱེ་བ་མེད་པས་གཟུགས་ལ་སོགས་  
 པ་དེ་དག་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་པ་དེའི་ཕྱིར་དེ་བུམ་པ་ལ་སོགས་པར་  
 ཉེ་བར་གདགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དུའང་མི་རིགས་ལ། བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་དག་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དབྱིབས་ཀྱི་བྱད་པར་དུའང་མི་རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་རི་  
 སྐད་བཤད་པའི་རྒྱལ་གྱིས་རྣམ་པ་བདུན་གྱིས་རྣམ་པར་དབྱད་པ་ན་གིང་རྟ་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་གིང་རྟ་མེད་པས་གིང་རྟའི་རྟེན་ཅན་གྱི་ཐ་སྙད་རྒྱན་ཆད་པར་  
 འགྱུར་ན། གིང་རྟ་འོན་ཅིག་ ཉོས་གིག་ ཆོས་གིག་ཅེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་  
 མཐོང་བའི་ཕྱིར། གིང་རྟ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས། གིང་རྟའི་ཐ་སྙད་རྒྱན་  
 ཆད་པར་ཐལ་བའི་ཉེས་པ་འདི་ནི་ཁྱེད་ཁོ་ན་ལ་འགྱུར་ཏེ། རི་སྐད་བཤད་པའི་  
 རྒྱལ་དུ་རྣམ་པ་དབྱད་པ་ན་གིང་རྟའི་དངོས་པོ་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 གིང་རྟའི་ཐ་སྙད་ཀྱང་བདེན་པའི་དོན་ཅན་དུ་ཁས་སྒྲུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཁོ་བོ་ཅག་  
 ལ་ནི་ཉེས་པ་འདི་མེད་དེ། འདི་ལྟར། དེ་ནི་དམ་པའི་དོན་དང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ། རྣམ་  
 པ་བདུན་གྱིས་འགྲུབ་འགྱུར་མ་ཡིན་མོད། རྣམ་དབྱེད་མེད་པར་འཇིག་རྟེན་ཉིད་  
 ལས་འདི། །རང་གི་ཡན་ལག་བརྟེན་ནས་འདོགས་པ་ཡིན། །གིང་རྟ་དེ་ནི་རི་སྐད་  
 བཤད་པའི་རྒྱལ་དུ་རྣམ་པ་བདུན་གྱིས་བཅལ་ན། དོན་དམ་དང་ཀུན་རྫོབ་གཉིས་  
 ཀར་དུ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་མོད་ཀྱི། དེ་ལྟར་རྣམ་པར་དབྱད་པ་མེད་པར་འཇིག་རྟེན་  
 ཉིད་ལས། རང་གི་ཡན་ལག་གཟེར་བུ་དང་། འཁོར་ལོ་ལ་སོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 གིང་རྟ་ཉོས་གིག་ཅེས་པ་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཉེ་བར་འདོགས་པ་ཅུ་མ་ཡིན་ནོ། །ཁྱོད་གསུང་

འདིར་འཇིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པའི་སྒྲོན་མ་གྱི་དྲུག་པ་ལྟ་བུ་ལྟར་འབྲུབ་པ་འབྲུའ་ཞིག་  
 ཏུ་མ་ཟད་ཀྱི། འདིའི་མིང་གི་ཁྱད་པར་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་གྱང་རྣམ་དབྱེད་མེད་  
 པར་འཇིག་རྟེན་གྲགས་པའི་སྒྲོན་མ་ཁས་སྤང་བར་བྱའོ། །ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར་  
 བཤད་པ། གྱིང་ཏུ་ཉིད་ནི་ཡན་ལག་ཅན་ཉིད་དང་། །ཆ་ཤས་ཅན་དང་བྱེད་པ་པོ་  
 ཉིད་དང་། །ལེན་པ་ཉིད་དུ་འཇིག་རྟེན་ལ་གྲུབ་པས། །འཇིག་རྟེན་གྲགས་པའི་  
 ཀྱན་རྫོབ་དགག་མི་བྱ། །གྱིང་ཏུ་ཉིད་ནི་ཐ་སྙད་དུ་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་རང་གི་  
 ཡན་ལག་རྣམས་ལ་ལྟོས་ནས་ཡན་ལག་ཅན་ཡང་ཡིན་ལ་འཕང་ལོ་སོགས་ཆ་  
 ཤས་ལ་ལྟོས་ནས་ཆ་ཤས་ཅན་དང་། འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་ཉི་བར་སྤང་བ་དང་།  
 ཉི་བར་ལེན་པའི་བྱ་བ་ལ་ལྟོས་ནས་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་དང་། རང་གི་ཉི་བ་ལ་ལྟོས་  
 རྣམ་ཉི་བར་ལེན་པོ་ཉིད་དུ་འང་འཇིག་རྟེན་ལ་གྲུབ་པས། དེའི་ཕྱིར་རང་གི་སྡེ་བ་  
 གང་དག ཡན་ལག་ཆོགས་པ་ཅུམ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཅན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
 ཏུ་མེད་པ་དང་། ཆ་ཤས་ཅུམ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་ཆ་ཤས་མེད་པ་དང་། ལས་འབྲུའ་ཞིག་  
 ཡོད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་མེད་པ་དང་། ཉི་བར་ལེན་པ་ཡོད་ཀྱི་ཉི་བར་ལེན་པ་པོ་མེད་པ་  
 ལ་སོགས་པ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཀྱན་རྫོབ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྤྲོ་བ་དེ་དག་གི་ལྟར་ན། གཏན་  
 ཆོགས་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པ་འང་མེད་པར་འགྱུར་དེ། ཡན་ལག་  
 དང་ཡན་ལག་ཅན་སོགས་པ་ལ་ཚུན་ལྟོས་ནས་བཞག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འཇིག་  
 རྟེན་ལ་གྲགས་པའི་ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་ལ་སོགས་པ་ཐ་སྙད་ཀྱན་རྫོབ་པ་  
 དག་དགག་པར་མི་བྱ་སྟེ། ཐ་སྙད་དུ་ཡན་ལག་སོགས་གྲུབ་པ་ལྟར་ཡན་ལག་ཅན་

ལ་སོགས་པའང་གྲུབ་ཅིང་། རོན་དམ་པར་ཡན་ལག་ཅན་སོགས་མ་གྲུབ་པ་ལྟར་  
 ཡན་ལག་སོགས་ཀྱང་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཀུན་རྫོབ་  
 འདི་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་དབྱེད་ན་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། མ་བརྟགས་གྲགས་པར་  
 ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་རིམ་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་  
 དབྱེད་ན་ཆེས་སྒྱུར་བ་ཁོ་ནར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་གཏིང་དཔོག་པར་འགྱུར་རོ། །རི་  
 ལྟར་ཞེ་ན། རྣམ་བདུན་གྱིས་མེད་གང་དེ་རི་ལྟར་བྱུང་། །ཡོད་ཅེས་རྣལ་འབྱོར་པས་  
 འདི་ཡོད་མི་རྟོན། །དེས་དེ་ཉིད་ལའང་བདེ་སྒྲག་འཇུག་གྱུར་པས། །འདིར་དེའི་  
 གྲུབ་པའང་དེ་བཞིན་འདོད་པར་གྱིས། །གལ་ཏེ་ཤིང་རྟ་ཞེས་བྱ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་  
 གྲུབ་པ་འགའ་ཞིག་ཡོད་ན་རྣམ་པ་བདུན་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གིས་བདག་  
 ཉིད་ཡོད་པ་རྟོན་པར་འགྱུར་ན་རྟོན་པའང་མ་ཡིན་ཅོ། །དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་བདུན་གྱིས་  
 བཅོལ་བ་ན་མེད་པའི་ཤིང་རྟ་གང་ཡིན་པ་དེ་རི་ལྟར་བྱུང་ཡོད་ཅེས་རྣལ་འབྱོར་པ་  
 རྣལ་བཞིན་དུ་དབྱེད་པས་ཤིང་རྟ་འདིའི་ཡོད་པ་མི་རྟོན་པ་དེས་ན་ཤིང་རྟ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་མ་རིག་པའི་ལིང་ཏྲག་གིས་ཉམས་པར་བྱས་པ་དག་ཁོ་ནས་བརྟགས་པར་  
 ཟད་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཅོ་སྟམ་དུ་ངེས་ཤིང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་རོན་  
 ལའང་བདེ་སྒྲག་དུ་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། འང་གི་སྒྲས་ཀུན་རྫོབ་ཀྱང་ཉམས་པར་  
 མི་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཤིང་རྟ་དེའི་གྲུབ་པ་ནི་མ་བརྟགས་གྲགས་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 གྲུབ་པ་དེ་བཞིན་དུ་འདོད་པར་བྱའོ། །འདིར་སྒྲས་པ། རྣལ་འབྱོར་པས་ཤིང་རྟ་མ་  
 དམིགས་ལ་རག་མོད། དེའི་ཡན་ལག་ཚོགས་པ་ཙམ་ཞིག་དམིགས་པ་ནི་ཡོད་པ་



ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གང་ཞིག་སྒྲུལ་བུ་ཆོག་པ་ན་ཐལ་བ་ལ་རྣལ་མ་ཆོལ་བ་བྱེད་ནི་བཞད་  
གང་དུ་བྱ་བ་ཞིག་སྟེ། འདི་ལྟར། ཤིང་རྩ་མེད་ན་དེ་ཆོལ་ན་ལག་ཅན། །མེད་པས་  
དེ་ཡི་ཡན་ལག་ཀྱང་ཡོད་མིན། །གང་གི་ཆོལ་ཤིང་རྩ་མེད་པས་དེའི་ཆོལ་ན་ལག་ཅན་  
མེད་པས་དེའི་ཕྱིར་དེ་ལ་སྟོས་པའི་ཡན་ལག་དག་ཀྱང་ཡོད་པ་མིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
ཤིང་རྩ་ཞིག་པ་ན་འང་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཡན་ལག་  
ཅན་མེད་ན་ཡན་ལག་མེད་དོ་ཞེས་ཅི་སྟེ་བརྗོད་ཅི་ན། དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྟར་ཤིང་  
རྩ་མཐོང་བའི་རྟོགས་པ་པོ་ཁོ་ནས་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་སེལ་བྱར་གནས་པ་  
མཐོང་བ་ན་འདི་དག་ནི་ཤིང་རྩའི་ཡན་ལག་གོ་ཞེས་རྟོགས་གྱི། གཞན་གྱིས་ནི་དེ་  
དག་ཤིང་རྩ་དང་འབྲེལ་བར་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་བས། དེའི་ཕྱིར་ཤིང་རྩ་མེད་པར་  
ཤིང་རྩའི་ཡན་ལག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དོན་དེ་ཉིད་དཔེས་གསལ་བར་བྱེད་པ་ནི།  
སྟོ་མེས་ཡན་ལག་ཅན་བསྐྱེགས་ཡན་ལག་ནི། །ཤིང་རྩ་ཆོག་པའི་ཡན་ལག་བཞིན་  
དུ་མེད། །དཔེར་ན་ཤིང་རྩ་ཆོག་པ་ན་དེའི་ཡན་ལག་དག་ཀྱང་ངེས་པར་འཆོག་པར་  
འགྱུར་བ་དེ་བཞིན་དུ། རྣམ་པར་དཔྱེད་པའི་གཙུབ་ཤིང་བཙུབས་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྟོ་  
གྲོས་གྱི་མེས་ཡན་ལག་ཅན་ཤིང་རྩའི་ལུས་བསྐྱེགས་ཏེ་མ་དམིགས་པ་ན་ཡན་ལག་  
དག་ཀྱང་མེད་ཅིང་མི་དམིགས་ཏེ། ངེས་པར་བསྐྱེགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་དཔེས་མཆོན་པའི་དོན་བསྟན་པ་ལ། སྐབས་དོན་དངོས་དང་།  
དེས་རིགས་ཅན་གཞན་ཡང་མཆོན་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། དེ་བཞིན་འཛིག་  
རྟེན་གྲགས་པའི་ལུང་པོ་དང་། ལམས་དང་དེ་བཞིན་སྟེ་མཆོད་དུག་བརྟེན་ནས། །

བདག་གྲང་ཉི་བར་ལེན་པོ་ཉིད་དུ་འདོད། །ཇི་ལྟར་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་ལ་བརྟེན་  
 བས་ཤིང་རྟར་འདོགས་ཤིང་། འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་དག་ཉི་བར་ལེན་པ་ཡིན་ལ་  
 ཤིང་རྟ་ཉི་བར་ལེན་པ་པོ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། འཛིག་རྟེན་ན་གྲགས་པའི་ཀུན་རྫོབ་  
 ཀྱི་བདེན་པ་རྣམ་པར་བཞག་པར་བྱ་བའི་བྱིར། ལུང་པོ་ལྷ་དང་། རང་གི་ཁམས་  
 དུག་དང་། སྒྱེ་མཆོད་དུག་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་རྟ་ཉི་བར་འདོགས་པའི་བྱིར་ལུང་  
 པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་བདག་གི་ཉི་བར་ལེན་པ་པོ་ཡིན་ལ། བདག་གྲང་དེ་དག་  
 གི་ཉི་བར་ལེན་པ་པོར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ། ཉིར་ལེན་ལས་ཡིན་འདི་  
 རི་བྱེད་པོ་འང་ཡིན། །ཇི་ལྟར་ཉི་བར་ལེན་པ་དང་ཉི་བར་ལེན་པོ་འི་རྣམ་གཞག་འཛིག་  
 རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་བཞག་པ་དེ་ལྟར་གཟུགས་སོགས་ཉི་བར་ལེན་པ་རྣམས་ལས་  
 དང་། བདག་འདི་རི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པར་ཡང་ཐ་སྙད་དུ་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། བདག་  
 གིས་དགེ་བཤམ་མི་དགེ་བའི་ལས་བསགས་པ་ལས་བདེ་འགྲོའམ་ངན་འགྲོའི་  
 ལུང་པོ་ལེན་པར་ཐ་སྙད་དུ་རྣམ་པར་འཛིག་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་བདག་དེ་རི་བརྟེན་  
 བས་བཏགས་པར་བརྟན་པ་ན་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་སོགས་སུ་བརྟགས་པའི་རྟེན་  
 མ་ཡིན་ཏེ། འདིར་ལྟར་དངོས་ཡོན་མིན་བྱིར་འདི་རི་བརྟན་མིན་ཞིང་། །མི་བརྟན་  
 ཉིད་མིན་འདི་རི་སྒྱེ་འཛིག་མིན། །འདི་ལ་རྟག་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཡང་། །ཡོད་  
 མིན་དེ་ཉིད་དང་རི་གཞན་ཉིད་མེད། །བདག་འདི་རི་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཙམ་  
 ཡིན་གྱི། རང་བཞིན་གྱིས་དངོས་པོར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་སྟོན་འདས་པའི་སྒྱེ་  
 བར་བྱུང་བའི་བརྟན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བསྟན་བཅོས་ལས། འདས་པའི་དུས་ན་བྱུང་

གྱུར་ཞེས། །བྱ་བ་དེ་ནི་མི་འཐད་དོ། །སྒྲིན་ཆེ་རྣམས་སུ་གང་བྱུང་བ། །དེ་ནི་དེ་ཉིད་  
 མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་བདག་ཏུ་འགྱུར་སྐྱམ་ན། །ཉེ་བར་ལེན་པ་ཐ་དད་འགྱུར། ། ། ། ། །  
 བར་ལེན་པ་མ་གཏོགས་པ། །ཁྱོད་གྱི་བདག་ནི་གང་ཞིག་ཡིན། །སྒྲིན་མ་བྱུང་བ་  
 ལས་བྱུང་བའི་མི་བརྟན་པའང་མིན་ཏེ། །བརྟན་བཅོས་ལས། མ་བྱུང་བ་ལས་བྱུང་  
 མིན་ཏེ། །འདི་ལ་སྒྲིན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །བདག་ནི་བྱས་པར་འགྱུར་བའམ། །  
 འབྱུང་བ་རྒྱ་མེད་ཅན་དུ་འང་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ནི་སྒྲི་བ་དང་  
 འཛིག་པའང་མིན་ཏེ། །ཇི་སྐད་དུ། །ཉེ་བར་ལེན་པ་བདག་མ་ཡིན། །དེ་འབྱུང་བ་  
 དང་འཛིག་པ་ཡིན། །ཉེ་བར་སྒྲུང་བ་ཇི་ལྟ་བུར། །ཉེ་བར་ལེན་པོ་ཡིན་པར་འགྱུར། །  
 །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་ལ་རྟག་མི་རྟག་ལ་སོགས་པར་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཇི་  
 སྐད་དུ། །རྟག་དང་མི་རྟག་ལ་སོགས་བཞི། །ཞི་བ་འདི་ལ་ག་ལ་ཡོད། །མཐའ་དང་  
 མཐའ་མེད་ལ་སོགས་བཞི། །ཞི་བ་འདི་ལ་ག་ལ་ཡོད། །གང་གིས་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་ཡོད་ཅེས། །འཛིན་པ་སྤྱད་པོས་བབྱང་གྱུར་པ། །དེ་ནི་མྱ་ངན་འདས་པ་  
 ལ་། །མེད་ཅེས་རྣམ་ཏོག་ཏོག་པར་བྱེད། །རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྒྲོང་དེ་ལ། །སངས་  
 རྒྱས་མྱ་ངན་འདས་ནས་ནི། །ཡོད་དོ་ཞེའམ་མེད་དོ་ཞེས། །བསམས་ན་འཐད་པར་  
 མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །བདག་འདི་ནི་ཡུང་པོ་རྣམས་ལས་དེ་ཉིད་  
 དང་གཞན་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཇི་སྐད་དུ། །གལ་ཏེ་ཡུང་པོ་བདག་ཡིན་ན། །  
 །སྒྲི་དང་འཛིག་པ་ཅན་དུ་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཡུང་པོ་རྣམས་ལས་གཞན། །ཡུང་པོའི་  
 མཚན་ཉིད་མེད་པར་འགྱུར། །ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ཞིག་རྣམ་པར་བདུན་



གྱིས་བཅུལ་བ་ན་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་སོགས་མཐའ་གང་དུའང་མི་གནས་པའི་  
 བདག་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་རྒྱ་གང་ལས་བྱུང་སྟུང་ན། གང་ལ་  
 རྟག་ཏུ་འགྲོ་རྣམས་རར་འཛིན་སྟོ། །རབ་ཏུ་འབྱུང་ཞིང་དེ་ཡི་གང་ཡིན་དེར། །ང་  
 ཡིར་འཛིན་སྟོ་འབྱུང་བའི་བདག་དེ་ནི། །མ་བརྟགས་གྲགས་པར་གཏི་མུག་ལས་  
 ཡིན་ནོ། །གང་ཞིག་ཡོངས་སུ་ཆོལ་བ་ན། ཆོས་འདི་ལས་ཕྱི་རོལ་ཏུ་གྱུར་པ་རྣམས་  
 ནི་སྤང་པོ་ལས་ཐ་དད་པར་མངོན་པར་ཞེན་ཅིང་། རང་གི་སྡེ་པ་རྣམས་ནི་སྤང་པོའི་  
 རང་བཞིན་ཅན་རྣམ་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་པར་འཛིན་ཅིང་། བདེ་  
 བར་གཤེགས་པས་ཉེ་བར་བསྟན་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་རྣམས་ནི་  
 སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བརྟགས་པ་ཙམ་ཡིན་པས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་ནས་ལན་བརྒྱར་གྲོལ་བར་གྱུར་པ་དེ་ནི་བདག་ཡིན་ཞིང་།  
 དེ་ལྟ་བུ་གང་ལ་མི་དང་ཡི་དྲགས་དང་དུད་འགྲོ་ལ་སོགས་པའི་འགྲོ་བ་མ་རིག་པ་  
 རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་མཐའ་དག་ལ་རྟག་ཏུ་རར་འཛིན་པའི་སྟོ་རབ་ཏུ་འབྱུང་ཞིང་  
 བདག་དེའི་དབང་བསྐྱར་བྱུང་མ། གདགས་པའི་རྟེན་མིག་ལ་སོགས་པ་ནང་དང་།  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཕྱི་རོལ་གང་ཡིན་པ་དེར་ང་ཡིར་འཛིན་པའི་སྟོ་འབྱུང་བའི་  
 བདག་དེ་ནི་རྣམ་པར་མ་བརྟགས་པ་ཁོ་ནར་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་ཙམ་གྱི་རྗེས་  
 སུ་འབྱུང་སྟེ་གཏི་མུག་གི་དབང་ལས་གྲུབ་པ་ཡིན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར་བདག་འདི་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་  
 གཏི་མུག་ལས་ཐ་སྟད་འདོགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རྣལ་འབྱོར་པ་དག་གིས་བདག་

མི་དམིགས་ལ། དེ་མ་དམིགས་པས། དེ་ལ་རག་ལས་པའི་བདག་གི་བདག་ཀྱང་  
 མི་དམིགས་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ལམ་པ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་ཏེ།  
 ཇི་སྒྲིབ་དུ། རང་དང་ཕྱི་རོལ་ཉིད་དག་ལ། །བདག་དང་བདག་གིར་སྒྲིམ་ཟད་ན། །  
 ཉེ་བར་ལེན་པ་འགག་འགྱུར་ཞིང་། །དེ་ཟད་པས་ན་སྒྲིབ་བ་ཟད། །ཅེས་གསུངས་  
 སོ། །ཇི་ལྟར་ན་བདག་མེད་ན་བདག་གི་བའམ་མེད་ཅེ་ན། གང་ཕྱིར་བྱེད་པོ་མེད་  
 ཅན་ལས་མེད་པ། །དེ་ཕྱིར་བདག་ཉིད་མེད་པས་བདག་གིར་མེད། །དེ་ཕྱིར་བདག་  
 དང་བདག་གིས་སྒྲིབ་ལྟ་བུས། །རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར། །རྩ་  
 མཁན་མེད་པར་བུམ་པ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བྱེད་པ་པོ་མེད་པར་ལས་མེད་དེ།  
 བྱེད་པ་པོ་བྱ་བ་འདུག་པའི་ཡུལ་ཉིད་ལ་ལས་ཞེས་བ་སྒྲིབ་བཏགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་བྱེད་པ་པོར་གྱུར་པའི་བདག་མེད་པར་ལས་སུ་གྱུར་པའི་བདག་གི་བ་  
 མེད་པས་སུང་པོ་བདག་དང་བདག་གི་བས་སྒྲིབ་པར་ལྟ་བུའི་རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་  
 རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་དེས་རིགས་ཅན་གཞན་ཡང་མཚོན་པ་ནི། བདག་དང་དེའི་ཉེ་  
 བར་ལེན་པ་སོགས་ཀྱི་བ་སྒྲིབ་གིང་ཉེ་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་དང་མཚུངས་པ་དེ་  
 བཞིན་དུ། དངོས་པོ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྒྲིབ་པའི་ཕྱིར། བུམ་སྒྲིམ་རེ་  
 ལྟེ་དམག་དང་ཕྱིར་བ་ནགས་ཚལ་དང་། །གིང་ཏྲ་ཕུན་དང་ཁང་བྱིམ་ལ་སོགས་དངོས་  
 པོ་རྣམས། །གང་གི་སྒྲིམ་པ་འགྲོ་འདིས་བསྒྲིབ་བཞིན་རྟོགས་བྱ་སྟེ། །བུམ་སྒྲིམ་རེ་  
 ལྟེ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་གིང་ཏྲ་བཞིན་དུ་རྣམ་པ་བདུན་གྱིས་རྣམ་པར་

དབྱུང་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལས་གཞན་དུ་སྒྲུལ་མ་ལ་སོགས་པ་རང་གི་ཡན་  
 ལག་རྣམས་ལ་བརྟེན་པ་གང་གི་སྟོ་ནས་འཇིག་རྟེན་པའི་འགྲོ་བ་འདིས་བསྟན་  
 ཅིང་ཐ་སྟད་བརྟགས་པ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཐུབ་དབང་དེ་  
 ནི་འཇིག་རྟེན་རྩྱིད་པ་མི་མཛད་ཕྱིར། །འཇིག་རྟེན་ང་དང་ལྷན་ཅིག་རྩྱིད་ཀྱི་ང་ནི་  
 འཇིག་རྟེན་དང་ལྷན་ཅིག་མི་རྩྱིད་དོ་ཞེས་པའི་ལུང་ལས་ན། ཐུབ་པའི་དབང་པོ་དེ་  
 ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྟད་ལ་རྩྱིད་ཅིང་དགག་པ་མི་མཛད་པར་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་  
 སྟད་ཇི་ལྟར་གྲགས་པ་རྣམས་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་འཇིག་རྟེན་དངོས་  
 པོ་གང་དག་གིས་ཇི་ལྟར་ཐ་སྟད་འདོགས་ཞེ་ན། ཡོན་ཏན་ཡན་ལག་འདོད་ཆགས་  
 མཆོན་ཉིད་ཤིང་སོགས་དང་། །ཡོན་ཏན་ཅན་ལུས་ཆགས་དང་མཆོན་གཞི་མེ་སོགས་  
 དག །ཤིང་རྟའི་དབྱུང་པས་རྣམ་པ་བདུན་དུ་ཡོད་མིན་ཞིང་། །དེ་ལས་གཞན་དུ་  
 འཇིག་རྟེན་གྲགས་པར་ཡོད་པ་ཡིན། །ཐུམ་པ་དང་མེ་རིས་ཀྱི་སྟོ་སངས་སོགས་ལྟ་  
 ཐུ་ཡོན་ཏན་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་དང་། ཐུམ་པ་དང་གཟུགས་སོགས་ལྟ་ཐུ་ཡན་ལག་  
 དང་ཡན་ལག་ཅན་དང་། ཐུམ་པ་དང་ལྟོ་ལྟོར་ཞབས་ཞུམ་པ་ལྟ་ཐུ་མཆོན་ཉིད་དང་  
 མཆོན་གཞི་དང་། གཟུགས་སོགས་སྟུག་པའི་ཡུལ་ལ་ལྟག་པར་ཞེན་པ་དང་། དེའི་  
 རྟེན་ལྟ་ཐུ་འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་དང་། ཐུད་ཤིང་དང་། མེ་ལྟ་ཐུ་བསྐྱེད་བྱ་  
 དང་སྐྱེད་བྱེད་ལ་སོགས་པ་དག །ཤིང་རྟ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་དབྱུང་པ་རྣམ་པ་བདུན་  
 གྱིས་བཅའ་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། རྣམ་པར་དབྱུང་པ་དེ་ལས་གཞན་མ་དབྱུང་  
 པར་འཇིག་རྟེན་གྲགས་པའི་སྟོ་ནས་དེ་དག་གི་ཐ་སྟད་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །



གཉིས་པ་རྒྱ་འབྲས་ལ་བྱད་པར་དུ་དབྱད་པ་ལ། རྒྱ་འབྲས་པན་ཚུན་སྒྲོས་  
 པར་བསྟན་པ་དང་། སྤང་མ་སྤང་བརྟགས་ལ་དགག་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།  
 གལ་ཏེ་རྒྱ་ཡིས་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་པ་ན་དེ་རྒྱ་ཡིན་ལ། །གལ་ཏེ་འབྲས་མི་སྐྱེད་ན་དེ་  
 རྒྱ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ཞིང་། །འབྲས་བུ་ཡང་ནི་རྒྱ་ཡོད་འགྱུར་ན་སྐྱེ་བ་འགྱུར་བའི་  
 བྱིར། །གང་ལས་གང་ཞིག་འགྱུར་བ་གང་ཞིག་ལས་སྤར་གང་འགྱུར་སྒྲོས། །གལ་  
 ཏེ་རྒྱར་འདོད་པའི་ས་བོན་དེ་ཡིས་བསྐྱེད་བྱ་མུ་གུ་སྐྱེས་པ་དེ་ལྟ་ན་ས་བོན་དེ་རྒྱ་  
 ཡིན་ཞིང་། གལ་ཏེ་དེས་འབྲས་བུ་དེ་མི་སྐྱེད་ན་རྒྱའི་ཐ་སྟོད་དེ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 རྒྱའི་ཐ་སྟོད་འདུག་པའི་རྒྱ་རྒྱ་མེད་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །འབྲས་བུ་མུ་གུ་  
 ཡང་ནི་རྒྱ་ས་བོན་ཡོད་ན་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་  
 གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པར་སེམས་ན། རྒྱའམ་  
 འབྲས་བུ་སྤར་གྲུབ་པ་གང་ཞིག་ལས་རྒྱའང་འབྲས་བུ་བྱིར་འགྱུར་བ་གང་ཞིག་  
 འགྱུར་པར་འགྱུར་བ། བརྟན་པ་གང་ཞིག་ལས་སྤར་རྟེན་གང་ཞིག་གྲུབ་པ་སྤྲ་བར་  
 བྱ་དགོས་ན། དེའང་རྣམ་པ་མ་ཡིན་པས་དེའི་བྱིར་རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་གདགས་  
 པའང་གིང་ཏྟ་ལྟར་བརྟེན་ནས་བརྟགས་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ལ།  
 དེས་དང་། མཚུངས་པ་སྤང་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱིས་རྒྱ་  
 ཡིས་སྤང་ནས་འབྲས་བུ་སྐྱེད་བྱེད་ན། །རྣམ་པ་གཅིག་པས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཐ་དང་  
 མེད་འགྱུར་ཞིང་། །མ་སྤང་ན་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱ་མིན་བྱད་པར་མེད་འགྱུར་ལ། །གཉིས་  
 པོ་སྤངས་ནས་རྟོག་པ་གཞན་ཡང་ཡོད་པར་འགྱུར་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱི་ལུགས་

ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་ན་ཕྱད་ནས་སྐྱེད་དམ། འོན་ཏེ་མ་ཕྱད་པར་སྐྱེས་  
 པར་བྱེད། རྒྱ་ཡིས་ཕྱད་ནས་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ན་རྒྱ་གྲུང་དང་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱ་  
 ཕྱད་པ་ཐ་དད་མེད་པ་ལྟར། ལུས་པ་གཅིག་ཏུ་གྲུང་པས་འདི་ནི་རྒྱའི་འདི་ནི་འབྲས་  
 བུའི་ཞེས་རྣམ་དབྱེ་ཐ་དད་མེད་པ་འགྲུར་རོ། ཅི་སྟེ་མ་ཕྱད་པར་སྐྱེད་ན་ནི། རི་  
 ལྟར་མ་ཕྱད་པའི་འབྲས་བུ་གཞན་མི་སྐྱེས་པ་ལྟར། འབྲས་བུར་འདོད་པའང་མི་  
 སྐྱེད་པའམ། ཡང་ན་ནི་འབྲས་བུ་དང་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པ་རེ་ལ་རྒྱ་དང་རྒྱ་མ་ཡིན་  
 པ་ཀྱང་གྲིས་སྐྱེད་པར་འགྲུར་ཏེ། མ་ཕྱད་པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། དེའི་ཕྱིར་རྒྱ་  
 དང་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་བྱུང་པར་མེད་པར་འགྲུར་རོ། རྒྱ་འབྲས་རང་བཞིན་གྲིས་གྲུབ་  
 པར་སྐྱ་བ་ལ། ཕྱད་པ་དང་མ་ཕྱད་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་པོ་འདི་དག་སྤངས་  
 རས་རྟོག་པ་གསུམ་པ་གཞན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་རང་བཞིན་གྲིས་གྲུབ་པའི་རྒྱས་  
 འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་མི་བྱེད་པ་ཁོ་ནའོ། དེ་ལྟ་བུས་ན། ཅི་སྟེ་རྒྱ་ཡིས་འབྲས་མི་  
 སྐྱེད་ན་འབྲས་མེད་པས། འབྲས་བུ་ལ་རྒྱ་ནི་རྒྱ་མེད་ཅན་འགྲུར་འདོད་པའང་མིན། །  
 རྒྱ་ཡིས་འབྲས་བུ་མི་སྐྱེད་ན་འབྲས་བུ་མེད་པས་དེའི་ཕྱིར་འབྲས་བུ་དང་བྲལ་བའི་  
 རྒྱ་ནི་རྒྱའི་ཐ་སྟོན་འདུག་པའི་རྒྱ་རྒྱ་མེད་པ་ཅན་ཏུ་འགྲུར་ཏེ། རྒྱའི་ཐ་སྟོན་འདུག་  
 པ་འབྲས་བུ་ལ་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། རྒྱ་རྒྱ་མེད་པ་ཅན་ཏུ་འདོད་པའམ་མ་ཡིན་པས་  
 དེའི་ཕྱིར་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་གྲིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལོ། བྱོད་ཀྱི་ལུགས་ལ་  
 རྒྱ་འབྲས་རི་ལྟར་ཞེ་ན། གང་ཕྱིར་འདི་གཉིས་སྐྱ་མ་དང་འདྲ་དེ་ཡི་ཕྱིར། ཁང་ག་  
 ལ་སྐྱོན་མེད་འཇིག་རྟེན་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱང་ཡོད། གང་དག་རྒྱ་འབྲས་རང་བཞིན་

གྱིས་གྲུབ་པར་སྒྲུབ་དེ་དག་ལ་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་རྣམ་པར་དབྱུང་པ་འདུག་གི  
 གང་གི་ལྟར་ན་དངོས་པོ་རྣམས་ལོག་པའི་ཀུན་བརྟགས་པས་སྐྱེད་པ་ཉིད་གྱིས་སྒྲུབ་  
 མ་དང་འདྲ་བར་རང་བཞིན་མེད་ཅིང་། རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་རབ་རིབ་ཅན་གྱི་དམིགས་  
 པའི་སྒྲུབ་ཤད་ལ་སོགས་པ་ལྟར་རྟོག་པའི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་དེ་ལ་ནི་ཅིའང་དབྱུང་དུ་  
 མེད་པ་ཉིད་དེ། དེའི་ཕྱིར་དབུ་མ་པ་དག་ལ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཕྱད་པ་དང་མ་ཕྱད་  
 པ་བརྟགས་ནས་སྒྲོན་བརྗོད་དུ་མེད་ཅིང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་དངོས་པོ་མ་བརྟགས་པར་  
 གྲུབ་པ་རྣམས་ཀྱང་ཡོད་པ་ཡིན་པས་ཐམས་ཅད་གྲུབ་བོ། །གཉིས་པ་མཚུངས་པ་  
 སྒྲུབ་པ་ལ། དང་པོ་མཚུངས་པ་དགོད་པ་ནི། འདི་སྐད་ཅེས་རྒྱས་འབྲས་བུ་ཕྱད་  
 བས་སྐྱེས་དམ། འོན་ཏེ་མ་ཕྱད་པར་ཡིན་ཞེས་གང་སྒྲུས་པ་འདི་ནི་ཁྱོད་ལའང་  
 བཀྲལ་ཞིང་བརྟགས་པ་མཚུངས་ཏེ། ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། སུན་འབྱེན་འདིས་ནི་སུན་  
 དབྱུང་ཕྱད་ནས་སུན་འབྱེན་ནམ། །མ་ཕྱད་འབྱེན་ཅེས་སྒྲོན་འདི་ཁྱོད་ལའང་མཚུངས་  
 མིན་ནམ། །གཉིས་པོ་སྒྲུངས་ནས་རྟོག་པ་གཞན་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །དབུ་མ་པ་  
 ཁྱོད་གྱི་རྒྱ་འབྲས་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པ་འགོག་པའི་སུན་འབྱེན་འདིས་སུན་  
 དབྱུང་བུ་ཕྱད་ནས་སམ། འོན་ཏེ་མ་ཕྱད་པར་སུན་འབྱེན་ཞེས་བརྟགས་པ་ན་སྒྲུབ་ཇི་  
 སྐད་བཤད་པའི་སྒྲོན་འདི་ཁྱོད་ལའང་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ། རྟོག་པ་གཉིས་པོ་  
 སྒྲུངས་ནས་སུན་འབྱེན་གྱིས་སུན་དབྱུང་བུ་འགོག་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཞན་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར། དེ་སྐད་སྒྲུ་ཞིང་རང་ཕྱོགས་ཁོ་ན་རྣམ་འཛོམས་པ། །  
 དེ་ཆོ་ཁྱོད་གྱིས་སུན་དབྱུང་སུན་འབྱེན་རྣམས་མ་ཡིན། །གང་གི་ཆོ་དེ་སྐད་སྒྲུས་པ་ན་



རི་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་རང་གི་ཕྱོགས་ཁོ་ན་འཛོམས་པར་འགྱུར་ཏེ། བྱོད་  
 ཀྱི་སུན་འབྱེན་ཉིད་སུན་ཕྱུང་བའི་ཤུགས་ཀྱིས་ན་རྒྱ་འབྲས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་  
 པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་གྲུབ་པ་དེའི་ཆོད་སྤུམ་པ་བྱོད་ཀྱིས་སུན་དབྱུང་  
 བྱ་རྒྱ་འབྲས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་སུན་འབྱེན་པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་  
 ཡང་། རང་གི་ཆོག་ལའང་ཐལ་བ་མཚུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་ཀྱིས། རིགས་པ་མེད་  
 པར་དངོས་པོ་ཀྱན་ལ་སྐྱར་འདེབས་ཕྱིར། བྱོད་ནི་སྒྲེ་བོ་དམ་པས་བཞེད་པར་མི་  
 འགྱུར་ཞིང་། །རང་ཕྱོགས་མེད་པས་སུན་ཅི་ཕྱིན་དུ་གློལ་བའམ་ཡིན། །དེ་ལ་རང་  
 གི་ཆོག་ལའང་ཐལ་བ་མཚུངས་པ་ནི་བཤད་ཅིན་ཏེ། །གང་ཡང་རྒྱས་མ་ཕྱད་པར་  
 སྒྲེས་ན་མ་ཕྱད་པའི་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་སྒྲེད་པའམ། ཡང་ན་འགའ་ཡང་སྒྲེ་བར་  
 མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་པ་འདི་ནི་མི་རིགས་ཏེ། འདི་ལྟར། མ་ཕྱད་པར་མཚུངས་ཀྱང་།  
 ཁབ་ལེན་གྱིས་ཡུལ་རུང་བ་ན་གནས་པའི་ལྷགས་འདྲེན་གྱི། ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་  
 པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་མིག་གིས་མ་ཕྱད་པ་ཁོ་ནར་ཡུལ་རུང་བ་ན་གནས་པའི་གཟུགས་  
 མཐོང་གི་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་རྒྱས་ཀྱང་མ་ཕྱད་པར་འབྲས་བུ་སྒྲེད་  
 དུ་ཅིན་ཀྱང་མ་ཕྱད་པ་ཐམས་ཅད་མི་སྒྲེད་ཀྱི་འབྲས་བུ་རུང་བ་ཁོ་ན་སྒྲེད་པར་  
 འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་རིགས་པ་མེད་པར་དངོས་པོ་མཐའ་དག་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་  
 པ་དེའི་ཕྱིར་བྱོད་ནི་སྒྲེ་བོ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཞེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །གཞན་  
 ཡང་བྱོད་ནི་སུན་ཅི་ཕྱིན་དུ་གློལ་བར་ཡང་འགྱུར་ཏེ། རང་གི་ཕྱོགས་བཞག་པ་དང་  
 བྲལ་ཞིང་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་འབའ་ཞིག་སུན་འབྱེན་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཅམ་ཡིན་པའི་

ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་མཚན་བསྟན་པ་ནི། སུན་འབྱེན་པ་ཡིས་སུན་  
 དབྱུང་ཕྱད་དང་མ་ཕྱད་པ། །སུན་འབྱེན་བྱེད་ཅེས་སྒྲུས་པའི་ཉེས་པ་འདི་གང་ལ། །  
 དེས་པར་ཕྱོགས་ཡོད་དེ་ལ་འགྱུར་གྱི་བདག་ལ་ཕྱོགས། །ཡོད་པ་མིན་པས་ཐལ་  
 བར་འགྱུར་བ་སྤྱིད་མ་ཡིན། །སུན་འབྱེན་པས་སུན་དབྱུང་བྱ་ཕྱད་པའམ་མ་ཕྱད་  
 པས་སུན་འབྱེན་ཉེས་རང་གི་ཚིག་ལའང་མཚུངས་པའི་ཉེས་པ་འདི་ཚོ་ལ་བ་གང་  
 ལ་སུན་འབྱེན་དང་སུན་དབྱུང་བྱ་གཉིས་ཀ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་བོ་ཉེས་དེས་པར་  
 ཕྱོགས་ཡོད་པར་སྒྲུབ་དེ་ལ་འགྱུར་ཏེ། རྣམ་པ་གཞན་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དབུ་  
 མ་པ་བདག་ལ་ནི་སུན་འབྱེན་དང་སུན་དབྱུང་བྱ་གཉིས་ཀ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་  
 གྲུབ་པས་རང་གི་ཕྱོགས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སུན་འབྱེན་པས་སུན་དབྱུང་བྱ་  
 ཕྱད་ནས་ཀྱང་སུན་མི་འབྱེན་ལ། མ་ཕྱད་པར་ཡང་སུན་མི་འབྱེན་པས། རང་གི་  
 ཚིག་ལ་ཐལ་བ་མཚུངས་པའི་ཉེས་པ་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཇི་སྐད་དུ། མདོ་ལས།  
 ཚེ་དང་ལྷན་པ་རབ་འབྱོར་སྒྲེས་པའི་ཚོས་ཀྱིས་མ་སྒྲེས་པའི་ཚོས་ཐོབ་པའམ་འཐོབ་  
 པ་འགྱུར་རམ། འོན་ཏེ་མ་སྒྲེས་པའི་ཚོས་ཀྱིས་མ་སྒྲེས་པའི་ཚོས་ཐོབ་པའམ་འཐོབ་  
 པར་འགྱུར། རབ་འབྱོར་གྱིས་སྒྲུས་པ། ཚེ་དང་ལྷན་པ་ཁོ་བོ་ནི་སྒྲེས་པའི་ཚོས་  
 ཀྱིས་མ་སྒྲེས་པའི་ཚོས་ཐོབ་པའམ་འཐོབ་པར་མི་འདོད་ལ། མ་སྒྲེས་པས་ཀྱང་མ་  
 སྒྲེས་པའི་ཚོས་ཐོབ་པའམ་འཐོབ་པར་མི་འདོད་དོ། །ཤུ་རིའི་བུས་སྒྲུས་པ། ཚེ་དང་  
 ལྷན་པ་རབ་འབྱོར་ཅི་ཐོབ་པ་མེད་ཅིང་མདོན་པར་རྟོག་པ་མེད་དམ། རབ་འབྱོར་

གྱིས་སྦྱས་པ། ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཤུ་རིའི་བྱ་ཐོབ་པ་འདྲ་ཡོད། མདོན་པར་རྟོགས་པ་འདྲ་  
 ཡོད་མོད་ཀྱི་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཤུ་རིའི་བྱ་ཐོབ་པ་  
 དང་མདོན་པར་རྟོགས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་ཡིན་ལ། རྒྱན་དུ་ཞུགས་པ་  
 དང་། ལན་ཅིག་ཕྱིར་འོང་བ་དང་། ཕྱིར་མི་འོང་བ་དང་། དགྲ་བཙེམ་པ་དང་།  
 རང་སངས་རྒྱས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡང་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་ཡིན་  
 གྱི་དོན་དམ་པར་ཐོབ་པ་མེད་ཅིང་མདོན་པར་རྟོགས་པ་མེད་དོ་ཞེས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་  
 པ་ལྟ་བུའོ། །མདོ་འདིས་དོན་དམ་པའི་ཐོབ་པ་དང་། འཐོབ་པ་བཀག་ཅིང་འཇིག་  
 རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་ཐོབ་པ་དང་། འཐོབ་པ་ཁས་སྒྲུངས་པ་དེ་བཞིན་དུ། སུན་དབྱུང་  
 བྱ་དང་། སུན་འབྱེན་པ་ཕྱད་པ་དང་མ་ཕྱད་པ་མ་ཡིན་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་ཐ་སྙད་  
 དུ་སུན་འབྱེན་པས་སུན་དབྱུང་བྱ་སུན་འབྱེན་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
 གཞན་ཡང་རང་བཞིན་མེད་པའི་སུན་འབྱེན་པ་ལས་མདོན་པར་འདོད་པའི་དོན་  
 རྟོགས་པ་དཔེའི་སློ་ནས་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བཤད་པ། རི་ལྷར་ཉི་མའི་དགྱིལ་  
 འཁོར་ལ་ཡོད་ཁྱད་པར་རྣམས། །གཟུགས་བརྒྱན་ལ་ཡང་མཐོང་འགྱུར་དེ་ཆོ་ཉི་  
 མ་དང་། །ཕྱད་དང་མ་ཕྱད་འཐད་པ་མེད་པར་གཟུགས་བརྒྱན་ནི། །ཐ་སྙད་ཅུམ་དུ་  
 རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡིན། །དེར་ནི་མེད་ཀྱང་རང་གི་བྱད་བཞིན་མཛེས་  
 པ་དག །སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་འདིར་ཡང་ཤེས་རབ་གདོང་། །སྦྱང་བར་བྱ་  
 ལ་རྣམས་པ་མཐོང་བའི་གཏན་ཆིགས་ནི། །མི་བདེན་པས་ཀྱང་བསྦྱབ་བྱ་རྟོགས་པར་  
 ཤེས་པར་བྱ། །རི་ལྷར་ཉི་མའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་ཡོད་པའི་གཟས་གཟུང་བ་ལ་སོགས་



པའི་བྱད་པར་རྣམས། རྩ་ཤིན་ཏུ་དྲངས་པ་ལ་ཉི་མའི་གཟུགས་བརྒྱན་ཤར་བ་ན་  
 མཐོང་ཞིང་རྟོགས་པར་འབྱུང་བ་དེའི་ཆོ་གཟུགས་བརྒྱན་རང་བཞིན་མེད་པས་ཉི་  
 མའི་དགྱིལ་ལའོར་དང་ཕྱད་པ་དང་མ་ཕྱད་པའི་འཐད་པས་དབྱད་དུ་མེད་ཀྱང་རྩ་  
 དྲངས་པ་དང་གཟུགས་ཉི་པའི་རྒྱུ་ལས་གཟུགས་བརྒྱན་ཐ་སྟོད་ཅམ་དུ་རྟོན་ཅིང་  
 འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡིན་ཞིང་རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་དེ་ལས་ཉི་མ་ལ་ཡོད་པའི་  
 གཟུགས་གཟུང་བ་སོགས་ཀྱི་བྱད་པར་རྟོགས་པར་འབྱུང་བ་དང་། རྩ་ཤིན་ཏུ་དྲངས་  
 པའི་ནང་དེར་ཤར་བའི་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྒྱན་རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་། དེ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་རང་གི་བྱད་བཞིན་མཛེས་པ་དང་། མི་མཛེས་པའི་བྱད་པར་དག་སྒྲུབ་  
 ཅིང་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། རང་བཞིན་མེད་པའི་སྐྱེ་འབྱེན་གྱིས་སྐྱེ་  
 དབྱུང་བུ་སྐྱེ་འབྱེན་པ་འདིར་ཡང་རྟོགས་པ་གང་གི་ཤེས་རབ་ཀྱི་གདོང་མི་ཤེས་  
 པའི་དྲི་མ་སྒྲུངས་པར་བྱས་པ་ལས་མདོན་པར་འདོད་པའི་དོན་གྱི་གཟུགས་བརྒྱན་  
 གདོང་རྒྱས་པར་མཐོང་བའི་དབུ་མ་པས་ཇི་སྐད་སྒྲུས་པའི་གཏན་ཆོགས་མི་བདེན་  
 པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱིས་ཀྱང་དངོས་པོ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་སྒྲུབ་པའི་  
 རྟོགས་འཐད་པ་དང་བྲལ་བ་སོགས་ཀྱི་བསྒྲུབ་བྱ་རྟོགས་པར་ཤེས་པ་བྱའོ། །གཞན་  
 ཡང་གལ་ཏེ་རང་ལ་གོ་བྱེད་གཏན་ཆོགས་དངོས་ཉིད་དང་། །དངོས་སུ་གོ་བྱ་བསྒྲུབ་  
 བྱའི་ངོ་བོ་འདྲ་ཡོད་ཀྱང་ན། །ཕྱད་སོགས་རིགས་པ་ཉི་པར་སྒྲུབ་པར་འབྱུང་ཞིག་  
 ཅན། །དེ་ནི་མེད་པས་ཁྱོད་ཀྱི་ཡི་ཆད་འབའ་ཞིག་ཡིན། །གལ་ཏེ་དབུ་མ་པ་ལ་རང་  
 ལུགས་ཀྱི་གོ་བྱེད་ཀྱི་གཏན་ཆོགས་དང་། གོ་བྱའི་བསྒྲུབ་བྱ་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པ་

འགའ་ཞིག་ཡོད་ན་རྟགས་དང་བསྐྱབ་བྱ་ཕྱད་པ་དང་མ་ཕྱད་པ་སོགས་ཀྱི་རིགས་པ་  
 ཉི་བར་སྐྱར་ནས་སུན་འབྱུང་བར་བྱ་བ་ཞིག་ན། ཁོ་བོ་ཅག་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་  
 པའི་རྟགས་ལ་སོགས་པ་དེ་ནི་མེད་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་རང་གི་ཚིག་  
 ལའང་བཤུ་བ་མཆུངས་པ་ལ་སོགས་པའི་སུན་འབྱུན་འགོད་པ་ནི་ཡི་ཆད་འབའ་  
 ཞིག་ཡིན་པར་རྟོགས་ཏེ། དཔེར་ན་རབ་རིབ་ཅན་གྱི་དམིགས་པས་རབ་རིབ་མེད་  
 པ་ལ་མི་གཞོད་པ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲིབ་པ་ལའང་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་  
 ཡོངས་སུ་བབྱུང་ནས་སུན་འབྱུན་པ་བཞོད་པས་མི་གཞོད་དོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གང་  
 དག་མིག་དང་ཁབ་ལེན་ལ་སོགས་པ་མ་ཕྱད་པར་རང་གི་བྱ་བ་བྱེད་པར་རྣམ་པར་  
 བཞག་པའི་དཔེ་དེ་དག་ཀྱང་བཀག་པར་རིགས་པར་བྱ་སྟེ། དེ་དག་ལའང་བཤུ་  
 བར་འགྱུར་བ་མཆུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་། དངོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་  
 པར་རྟོགས་སུ་གཞུག་པར་ནི། སྒྲིབ་པ་དེ་ལྟར་རང་བཞིན་ཡོད་པར་གཞན་དག་ལ། །  
 བདེ་སྐྱག་ཉིད་དུ་སྒྲིབ་པར་རུས་པ་མ་ཡིན་ན། །ཅི་ཕྱིར་རྟོག་གི་ངན་པས་འཇིག་  
 ཉན་འདིར་བཅོལ་བྱེད། །རི་ལྟར་རྗེ་ལམ་དང་སྐྱུ་མ་ལ་སོགས་པ་དངོས་པོར་སྒྲིབ་  
 རང་གི་ཕྱོགས་ལ་གྲུབ་པའི་དཔེ་རྣམས་ཁོ་ནས་ཕྱི་དང་ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་  
 རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་སུ་གཞུག་སྒྲིབ་པ་དེ་ལྟར། དངོས་པོ་རྣམས་རང་བཞིན་  
 ཡོད་པར་གཞན་དབུ་མ་པ་དག་ལ་བདེ་སྐྱག་དུ་སྒྲིབ་རུས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཉིས་ཀ་  
 ལ་གྲགས་པའི་དཔེ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཁོ་བོ་ཅག་དངོས་པོ་འགའ་ལ་རང་བཞིན་  
 ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཁོ་བོས་རྩོད་པ་བཤམས་ཅད་

བསྐྱོག་པ་ཡིན་ལ་ལན་སུས་ཀྱང་བཟོད་ནུས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་འཇིག་རྟེན་  
 དར་གྱི་སྒྲིན་བུ་ལྟར་རང་གི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྒྲུབས་ཀྱིས་བརྟུམས་པའི་སྟེང་དུ།  
 རྟོག་གི་རྣམ་པའི་སྤང་བུས་བྲེས་པའི་རྒྱ་གཤིན་ཏུ་བསྐྱེད་ཏེ་མ་ཀུན་ནས་འཇུགས་  
 པར་ཅི་སྟེ་བྱེད། །གཞན་ཡང་། སུན་འབྱེན་ལྷག་མ་གོང་དུ་བསྐྱེད་པའང་ཤེས་བྱས་  
 བས། །སྤང་བའི་བརྟག་པ་ལ་སོགས་ལན་དུ་འདི་བཟོད་བྱ། །སུན་ཅི་བྱེན་དུ་རྒྱུ་ལ་  
 བའང་ཇི་ལྟར་ཡོད་མིན་ཞེས། །སྤང་བའདད་ལྷག་མ་སྟོགས་འདི་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་  
 པར་བྱ། །རྒྱ་འབྲས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་སྒྲིབ་པ་ལ་སུན་འབྱེན་ལྷག་མ་སྤང་  
 དངོས་པོ་རྣམས་མཐའ་བཞི་ལས་སྟེ་བ་བཀག་པ་སོགས་གོང་དུ་བསྐྱེད་པའང་  
 ཤེས་པར་བྱས་ནས་རྒྱུ་ལ་བ་གང་གིས་ཁྱེད་གྱི་སུན་འབྱེན་འདིས་སུན་དབྱུང་བྱ་  
 སྤང་བའང་མ་སྤང་པར་སུན་འབྱེན་པ་ཞེས་པའི་བརྟག་པ་སོགས་ཀྱི་ལན་དུ་ཡང་  
 སུན་དབྱུང་བྱ་དང་འབྱེན་བྱེད་གཉིས་ཀའང་མཐའ་བཞི་ལས་སྟེ་བ་མེད་པའི་བྱེད་  
 སྤང་མ་སྤང་རྣམ་པར་དབྱུང་དུ་མེད་དོ་ཞེས་པ་འདི་བཟོད་པར་བྱ་ཞིང་ཁོ་བོ་ཅག་  
 གི་བསྐྱེད་བཅོས་ལས་ནི་རྟོག་པ་ལྟོག་པ་ཅུ་མ་ཞིག་བཟོད་པར་འདོད་པ་ཡིན་གྱི་རང་  
 གི་སྟོགས་འགའ་ཞིག་སྒྲུབ་པའམ། གཞན་གྱི་སྟོགས་སེལ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 བསལ་བར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་དམིགས་པའི་བྱེད་མོ། །དེའི་བྱེད་  
 ཁོ་བོ་ཅག་ལ་སུན་ཅི་བྱེན་དུ་རྒྱུ་ལ་བའི་ཉེས་པ་ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་  
 སྤང་བའདད་ཟེན་ཏེ། །དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་སུན་འབྱེན་ལྷག་མ་ནི་སྟོགས་དེ་  
 ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱའོ། །



དེ་ལྟར་ན་དེ་ཉིད་དེ་ལས་བྱུང་མིན་ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པར་དབྱེད་ན་ལྟར་  
དུ་གྲོལ་བ་འབྱུང་ཞེས་པའི་བར་གྱི་བདག་མེད་པ་རྒྱས་པར་བསྟན་ནས། ཉོན་  
མོངས་སྒྲོན་རྣམས་ཞེས་པ་ནས། འདི་ཡན་ཆད་ཀྱིས་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་  
རྒྱས་པར་བསྟན་ཏོ། །

དེ་ལྟར་བདག་མེད་པ་གཉིས་རྒྱས་པར་བཤད་ནས། མདོར་བསྡུས་ཏེ་  
དབྱེ་བ་བསྟན་པར་འདོད་པས་བཤད་པ། བདག་མེད་འདི་ནི་འགྲོ་རྣམས་དགྲོལ་  
བའི་ཕྱིར། །ཆོས་དང་གང་ཟག་དབྱེ་བས་རྣམ་གཉིས་གསུངས། །བདག་མེད་པ་  
འདི་ནི་མདོར་བསྡུ་ན་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་དང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པའི་  
དབྱེ་བས་རྣམ་པར་གཉིས་སུ་གསུངས་ལ། ཅིའི་ཕྱིར་བདག་མེད་པ་རྣམ་པ་གཉིས་  
བསྟན་ཅེ་ན། གདུལ་བྱའི་འགྲོ་བ་རྣམས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་  
ལས་དགྲོལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་ལྟར་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་  
པ་དག་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིབ་པ་ལས་གྲོལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གང་ཟག་གི་བདག་  
མེད་པ་བསྟན་ལ། ཐེན་པ་ཆེན་པོ་པ་དག་ལ་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་ལས་གྲོལ་བར་བྱ་  
བའི་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་བསྟན་ཏོ། །གལ་ཏེ་ཉན་རང་དག་ལ་འང་ཆོས་ཀྱི་  
བདག་མེད་ཚྭ་གས་པ་ཡོད་པར་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ། རི་ལྟར་ན་དེ་དག་ལ་གང་  
ཟག་གི་བདག་མེད་པ་ཙམ་བསྟན་ཅེ་ན། བདེན་མོད་ཀྱི། འོད་གྱུང་དེ་དག་ནི་ཤེས་  
བྱ་ཤེས་པ་ལྟར་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཚྭ་གས་པར་བསྟོམ་པ་མེད་ལ།  
དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྒྱས་པར་མ་བསྟན་ལ། རྣམ་པར་གྲོལ་བ་

རོན་དུ་གཉིས་བའི་ཕྱིར་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་སྟོང་བའི་ཐབས་གང་ཟག་  
 གི་བདག་མེད་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བསྒྲུལ་པ་ཡོད་ལ། དེའི་ཕྱིར་གང་ཟག་གི་  
 བདག་མེད་པ་ཙམ་ཞིག་བསྟན་ཏོ། །དེ་ལྟར་འདྲ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་རྫོགས་  
 པ་ཡུང་པོ་རང་བཞིན་མེད་པ་རྫོགས་པ་ལ་རག་ལས་པའི་ཕྱིར་ཆོས་གྱི་བདག་མེད་  
 རྫོགས་པ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སྟོན་པས་སྒྲུབ་ཡང་འདི་གཉིས་ནི། །གདུལ་  
 བྱ་རྣམས་ལ་ཕྱེ་སྟེ་རྣམས་མང་གསུངས། །བདག་མེད་པ་རྣམ་པ་འདི་གཉིས་ནི་བཙུམ་  
 ལྟར་འདས་གྱིས་གདུལ་བྱའི་བསམ་པའི་དབང་གིས་མང་པོར་ཕྱེ་སྟེ་བསྟན་ཏོ། །རི་  
 ལྟར་ཞེ་ན། སྟོས་དང་བཅས་པར་སྟོང་པ་ཉིད། །བཅུ་དྲུག་བཤད་ནས་མདོར་  
 བསྟུས་ཏེ། །སྒྲུབ་ཡང་བཞིར་བཤད་དེ་དག་ནི། །ཐེག་ཆེན་དུ་ཡང་བཞེད་པ་ཡིན། །  
 རི་སྒྲུབ་དུ། ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ལས། རབ་འབྱོར་གཞན་ཡང་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་དེ་ནི་འདི་ལྟར་སྟེ། རང་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ཕྱི་སྟོང་པ་  
 ཉིད་དང་། ཕྱི་རང་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ཆེན་པོ་སྟོང་  
 པ་ཉིད་དང་། རོན་དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། འདུས་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། འདུས་  
 མ་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། མཐའ་ལས་འདས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ཐོག་མ་དང་ཐ་  
 མ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། རོར་བ་མེད་པར་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། རང་བཞིན་སྟོང་  
 པ་ཉིད་དང་། ཆོས་བམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་  
 དང་། མི་དམིགས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། དངོས་པོ་མེད་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་  
 རོ། །ཞེས་སྟོས་པ་དང་བཅས་ཏེ་སྟོང་པ་ཉིད་བཅུ་དྲུག་དུ་བཤད་ནས། རབ་འབྱོར་

གཞན་ཡང་དངོས་པོ་ནི་དངོས་པོས་སྟོང་ངོ་། །དངོས་པོ་མེད་པ་ནི་དངོས་པོ་མེད་  
 པས་སྟོང་ངོ་། །རང་བཞིན་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ངོ་། །གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ནི་  
 གཞན་གྱི་དངོས་པོས་སྟོང་ངོ་། །ཞེས་མདོར་བསྡུས་ནས་སྒྲུབ་སྟོང་པ་ཉིད་བཞིར་  
 བཤད་དེ། སྟོང་པ་ཉིད་འདི་དག་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ། ཤེས་བྱའི་  
 སྒྲིབ་པའི་གཉེན་པོར་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྒྱས་པར་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 སྟོང་ཉིད་བཅུ་དྲུག་པོ་དེ་དག་རེ་རེ་ནས་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ། གང་ཕྱིར་དེ་  
 ཡི་རང་བཞིན་དེ། ཡིན་ཕྱིར་མིག་ནི་མིག་གིས་སྟོང་། །དེ་བཞིན་ན་བ་སྒྲ་དང་སྟེ། །  
 ལུས་དང་ཡིད་ཀྱང་བསྟན་པར་བྱ། །ཐེར་བྱག་གནས་པ་མ་ཡིན་དང་། །འཛིག་  
 པ་མ་ཡིན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། །མིག་ལ་སོགས་པའི་དྲུག་པོ་ཡི། །རང་བཞིན་མེད་ཉིད་  
 གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་ནང་སྟོང་ཉིད་དུ་འདོད། །དེ་ལ་མིག་ནས་ཡིད་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་  
 བར་ལ་ནི་ནང་གི་ཆོས་ཞེས་བྱ་ལ། གལ་ཏེ་དེ་དག་ལའང་རང་བཞིན་ཅུང་ཞིག་  
 ཡོད་ན་མི་འཛིག་པ་ཐེར་བྱར་དུ་གནས་པའོ། །སྐད་ཅིག་དང་རྒྱན་གྱིས་འཛིག་  
 པའི་མི་རྟག་པར་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོ་ལ་རྣམ་པ་གཞན་མི་སྟོང་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
 དག་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཀྱན་བརྟགས་པ་ཙམ་ལས་རང་བཞིན་ཅུང་  
 ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར་ཐེར་བྱག་དུ་གནས་པ་རྟག་པའང་མ་ཡིན་ལ། སྐད་ཅིག་  
 དང་རྒྱན་གྱིས་འཛིག་པ་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མིག་ལ་སོགས་པ་  
 རང་གི་སྒྲེ་མཆེད་དྲུག་པོ་ནི་གདོད་མ་ནས་རང་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པའི་རང་བཞིན་  
 མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ནི་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་འདོད་དོ། །ཅིའི་ཕྱིར་མིག་ལ་



སོགས་པ་དེ་དག་རང་བཞིན་མེད་པར་ཡིན་ཞེ་ན། གང་གི་ཕྱིར་མིག་ལ་སོགས་པ་  
 དེ་དག་རང་བཞིན་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་མིག་ལ་སོགས་  
 པའི་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཐོ་བས་བུམ་པ་བཅོམ་པ་ལྟ་བུའི་དངོས་པོ་མེད་  
 པ་མ་ཡིན་ལ། ལུང་པ་རྩལ་སྟོང་པ་ལྟ་བུ་དགག་བྱ་དོན་གཞན་གྱིས་དབེན་པའང་  
 མ་ཡིན། དགག་གི་ངོ་བོའང་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་དག་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་ཆད་པའི་སྟོང་པ་  
 ཉིད་དང་། ཉི་ཆེ་བའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པས་སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀྱི་གཉིན་པོར་མི་རུང་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། མིག་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཅན་དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་རང་  
 གི་ངོ་བོ་རྟག་མི་རྟག་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིས་པའི་མཐའ་གང་དུའང་མི་གནས་པའི་  
 ཕྱིར་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་ཐ་སྙད་བཏགས་པར་བཟད་དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་  
 གནས་ལུགས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་ལས་  
 ནི་སྒྲིབ་པ་གཉིས་སྟོང་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་ལྟར་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་  
 པར་རྟོག་པ་རྣམས་ནི་ཕྱི་དང་ནང་གི་ཆོས་རྣམས་ལ་དངོས་པོར་མངོན་པར་ཞེན་པ་  
 ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། གང་གི་ཆོ་རྒྱལ་འབྱོར་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་གདོད་མ་ནས་  
 རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པའི་མཐའ་གང་དུའང་མི་གནས་པར་རྟོགས་པ་དེའི་ཆེ་དངོས་  
 པོར་མངོན་པར་ཞེན་པ་ལྟོག་པས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྒྲུབ་པའི་གོ་  
 སྐབས་མེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་། ལས་དང་ཉོན་མོངས་རྣམ་  
 རྟོག་ལས། །དེ་དག་སྒྲིས་ལས་སྒྲིས་པ་ནི། །སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་འགག་པར་འགྱུར། །  
 །ཞེས་དང་། རིགས་པ་དུག་ཅུ་པར་ཡང་། གང་ཡང་རུང་བའི་གནས་རྟེན་ནས། །

ཉོན་མོངས་སྒྲུལ་གདུག་གཡོན་ཅན་གྱིས། །ཟིན་པར་འགྱུར་ཏེ་གང་གི་སེམས། །  
གནས་སེད་དེ་ལྟར་ཟིན་མི་འགྱུར། །ཅེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་ཕྱིར་ཆོས་བམས་ཅད་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི། ལྟ་བུ་  
བམས་ཅད་ཀྱི་གཉེན་པོ། འཕགས་པའི་གང་ཟག་བམས་ཅད་ཀྱི་གཤེགས་པའི་  
ལམ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བམས་ཅད་ཀྱི་བྱགས་གསུང་རབ་བམས་ཅད་ཀྱི་  
བརྗོད་བྱའི་སྟོང་པ་ཡིན་པར་བདག་ལེགས་སུ་འདོད་པ་དག་གིས་ཡིད་ཆེས་པར་  
བྱའོ། །གང་ཟག་སྟོང་པ་ཉིད་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་དོན་ལ་ཡོད་པར་འཛིན་པ་དེ་  
དག་གི་ལྟ་བུ་དེ་ནི་སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀྱི་གཉེན་པོར་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། གཉེན་  
པོ་གང་གིས་སྤང་བྱ་གང་ཞིག་འཛོམས་པ་དེ་ནི་སྤང་བྱ་དེ་དང་། དམིགས་ཡུལ་  
གཅིག་ལ་འཛིན་སྟངས་འགལ་བ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། སྒྲ་མི་རྟག་  
པར་ངེས་པ་དང་སྒྲ་རྟག་པ་འཛིན་པ་བཞིན་ནོ། །ཀྱན་རྫོབ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་  
དོན་དམ་ཡོད་པར་ལྟ་བུ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལུང་པོ་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པའི་ཉོན་  
མོངས་དང་རྣམ་རྟོག་དག་དང་དམིགས་ཡུལ་གཅིག་ལ་དམིགས་པའང་མ་ཡིན་ལ།  
འཛིན་སྟངས་འགལ་བའང་མ་ཡིན་ཏེ། བདེན་གཉིས་ཐ་དད་པ་ལ་དམིགས་པའི་  
ཕྱིར་དང་། དམིགས་ཡུལ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་མངོན་ཞེན་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །འདིས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་གཉེན་པོ་མི་བྱེད་པར་མ་ཟད་  
དེ་དག་གིས་ས་བོན་བརྟས་པར་ཡང་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། འདོད་ཆགས་ལ་  
སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་རྒྱ་ཅན་ཡིན་ལ། གང་

ཞིག་ལུང་པོ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་དོན་དམ་པའི་བདག་ཡོད་པར་མངོན་པར་ཞེན་  
 པ་དེས་ནི་ལུང་པོ་ལ་བདག་ཏུ་འཛིན་པའང་ཉིན་རེ་ཞིང་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་དེ།  
 དཔེར་ན་གྲངས་ཅན་དང་། བྱེ་བྲག་པའི་བདག་ལྟ་བཞིན། བདེ་བར་གསལ་གསལ་  
 པའི་སྒྲིང་པོའི་མིང་ཅན་གྱི་བདག་ཏུ་པ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དོན་དམ་པར་ཡོད་  
 བར་ལྟ་བུ་བདག་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུའི་རང་ཚུ་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །གང་ཞིག་སྒྲིམ་པ་ལ་མངོན་  
 བར་དགའ་བ་དེ་དག་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དག་འཕེལ་བར་འགྱུར་དེ། དཔེར་ན་  
 བྱིས་པ་རྣམས་བཞིན་ནོ། །བདེ་བར་གསལ་གསལ་པའི་སྒྲིང་པོ་གཙང་བདེ་ཏུ་བདག་  
 སོགས་སུ་ཞེན་པ་དག་ཀྱང་སྒྲིམ་པ་ལ་མངོན་པར་དགའ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་མཐར་  
 འཛིན་གྱི་ལྟ་བུ་བ་ཐམས་ཅད་དྲུངས་ནས་འབྱེན་པར་ནུས་པའི་གཉིན་པོ་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲིང་བར་རྟོགས་པའི་ལྟ་བུ་དང་གང་ཟག་རྣམས་ལ་རྣམ་  
 གྲངས་དུ་མས་སྒྲོད་ཅིང་། ལའོར་བ་དང་རན་སོང་གི་རྒྱར་རྒྱར་པའི་ཉིན་མོངས་  
 དང་། རྣམ་རྟོག་གི་ས་བོན་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ཞེན་ལྟ་ལ་སྒྲོ་དུ་མ་ནས་བསྒྲོད་  
 ཅིང་། དེ་ཉིད་ལ་རང་གནས་ནས་གཞན་དག་ཀྱང་འགོད་པར་བྱེད་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 རང་ལུང་བར་མ་ཟད་གཞན་དག་ཀྱང་ལུང་བར་བྱེད་པའི་མི་དག་བའི་བསེས་གཉིན་  
 དེ་དག་ནི་ཐར་པ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆིས་མའི་ཐལ་བ་བཞིན་དུ་རྒྱང་རིང་དུ་  
 རོར་བར་རིགས་སོ། །དེ་ལ་བྱི་སྒྲིང་པ་ཉིད་ནི། གང་བྱིར་དེ་ཡི་རང་བཞིན་དེ། །  
 ཡིན་བྱིར་གཟུགས་ནི་གཟུགས་ཀྱིས་སྒྲིང་། །སྒྲིང་དེ་རིམ་རིག་བྱ་དང་། །ཆོས་  
 རྣམས་ཉིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །གཟུགས་སོགས་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད། །བྱི་རོལ་



སྟོང་པ་ཉིད་དུ་འདོད། །གཟུགས་ལ་སྟགས་པ་ཕྱི་སྟེ་མཆོད་དུག་ནི་ཕྱི་སྟེ་ཆོས་  
 ཞེས་བྱ་ལ། དེ་དག་སྤང་ཆི་སྒྲིབ་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་རང་གི་རྩོ་བོས་སྟོང་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་ཕྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །གཉིས་ཀ་རང་བཞིན་མེད་ཉིད་ན། །ཕྱི་  
 རང་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཕྱི་དང་རང་གི་སྟེ་མཆོད་གཉིས་ཀ་རང་གི་རྩོ་བོས་སྟོང་  
 པའི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ནི་ཕྱི་རང་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །གཞན་དག་ནི་དབང་ལྡན་  
 ཁོག་པ་ཉིད་རྒྱད་ཀྱི་རང་དང་། སྟེ་མཆོད་ཀྱི་ཕྱི་ཡིན་པས་ཕྱི་རང་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 གཞིར་འདོད་དོ། །ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད། །མཁས་པས་སྟོང་པ་ཉིད་  
 ཅེས་བསྟན། །སྟོང་ཉིད་དེ་ཡང་སྟོང་ཉིད་ཀྱིས། །རྩོ་བོ་སྟོང་པར་འདོད་པ་ཡིན། །  
 སྟོང་ཞེས་བྱ་བའི་སྟོང་ཉིད་གང་། །སྟོང་ཉིད་སྟོང་ཉིད་དུ་འདོད་དེ། །སྟོང་ཉིད་  
 དངོས་པོའི་སྟོ་ཅན་གྱིས། །འཛིན་པ་སྟོག་ཕྱིར་གསུངས་པ་ཡིན། །ཕྱི་དང་རང་གི་  
 ཆོས་རྣམས་རང་གི་རྩོ་བོས་སྟོང་པའི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་ནི་སྟོང་  
 པ་ཉིད་ཅེས་བསྟན་ལ། སྟོང་པ་ཉིད་དེའང་ཆི་སྒྲིབ་དུ། གལ་ཏེ་མི་སྟོང་ཅུང་ཟད་  
 ཡོད། །སྟོང་པ་ཅུང་ཟད་ཡོད་པར་འགྱུར། །མི་སྟོང་ཅུང་ཟད་ཡོད་མིན་ན། །སྟོང་པ་  
 ཡོད་པར་གལ་འགྱུར། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། གལ་ཏེ་རང་གི་རྩོ་བོས་མི་སྟོང་  
 པའི་ཆོས་ཅུང་ཟད་ཅིག་ཡོད་ན་དགག་གཞི་དེ་ལྟ་བུའི་སྟོང་དུ་དགག་བྱ་འགའ་  
 ཞིག་བཀག་པའི་ཆོས་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ཡོད་པར་འགྱུར་ན་སྤང་བཤད་པའི་  
 རིགས་པས་མི་སྟོང་པའི་ཆོས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་ན། སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་རང་  
 གི་རྩོ་བོས་གྲུབ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ལྟ་ཡོད་རེ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་སྟོང་ཉིད་དེའང་སྟོང་པ་

ཅིང་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་སྟོང་པ་ཅིང་སྟོང་པ་ཅིང་ཅེས་བྱའོ། །

དེ་ཅིའི་ཕྱིར་བཤད་ཅེ་ན། ལྷན་པོ་གང་དག་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཅིང་  
 དུ་བསྟན་པ་ན་སྟོང་པ་ཅིང་ལའང་དངོས་པོའས་བདེན་པར་ཞེན་པ་དེ་དག་གི་  
 འཛིན་པ་བསྒྲེག་པའི་ཕྱིར་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། ཀུན་ཏྲོག་ཐམས་ཅད་  
 གཞོམ་པའི་ཕྱིར། །སྟོང་ཅིང་བདུད་ཅི་བསྟན་པར་མཛད། །གང་དག་དེ་ལའང་  
 འཛིན་ཡོད་པ། །དེ་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲུང་པར་མཛད། །ཅེས་གསུངས་གིང་། ལྷན་སྟུག་  
 པོ་བཞོད་པ་ལས་ཀྱང་། སྟོང་པ་ཅིང་གི་ལྷ་བོས་ཀྱང་། །ལ་ལའི་ལྷ་བ་མ་ཞིག་ན། །  
 གསོར་མི་རུང་བའི་ལྷ་ཅན་ཏེ། །སྟེན་པས་བོར་བའི་ནད་པ་བཞིན། །ཅེས་སྟོང་པ་  
 ཅིང་བདེན་པར་འཛིན་པ་དག་ནི་སྟེན་པས་བོར་བའི་ནད་པ་བཞིན་དུ་གསོར་མི་  
 རུང་བའི་ལྷ་བ་ཅན་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་ཅན་སྟོང་གི་འཛིག་ཏེན་ནི། །  
 མ་ལུས་བྱབ་བྱེད་ཅིང་ཕྱིར་དང་། །ཆོད་མེད་དཔེ་ཡི་མུ་མཐའ་ནི། །མེད་ཕྱིར་  
 བྱུགས་རྣམས་ཆེན་པོ་ཅིང་། །འདི་དག་བཅུ་ཆར་བྱུགས་རྣམས་ཀྱིས། །སྟོང་པ་ཅིང་  
 དེ་གང་ཡིན་པ། །ཆེན་པོ་སྟོང་པ་ཅིང་ཡིན་ཏེ། །ཆེན་པོར་འཛིན་པ་བསྒྲེག་ཕྱིར་  
 གསུངས། །ཤར་ལ་སོགས་པའི་བྱུགས་རྣམས་ནི་སེམས་ཅན་དང་སྟོང་གི་འཛིག་  
 ཏེན་མ་ལུས་པ་ལ་བྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། བྱུགས་ཀྱི་ཆ་དེ་དང་དེ་ན་གནས་པའི་  
 སེམས་ཅན་དང་སྟོང་རྣམས་ལ་ཤར་ལ་སོགས་པའི་བྱུགས་དེ་དང་དེར་འདོགས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་མ་ལུས་པ་བྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་བྱུགས་རྣམས་ཆེན་པོ་  
 ཅིང་དོ། །གཞན་ཡང་བུམས་པ་ལ་སོགས་པ་བསྒྲེམ་པ་ནི་བྱུགས་ཡོངས་སུ་བཅུང་

ནས་བསྒྲོམ་པས་ན་ཕྱོགས་རྣམས་ཚད་མེད་པའི་དཔེ་ཅན་དུ་གནས་པ་དེའི་ཕྱིར་སྐྱ་  
 མེད་པས་ཀྱང་ཆེན་པོ་ཉིད་ཤར་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་བཅུ་ཆར་ཡང་ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱི་  
 རོ་བོས་སྟོང་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་ཆེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །འདི་ཅིའི་ཕྱིར་བཤད་  
 ཅེ་ན། བྱེ་བྲག་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་པའི་ཆེན་པོའི་རྩ་ས་  
 སུ་འཛིན་པས་དེ་བསྒྲོག་པའི་ཕྱིར་གསུངས་སོ། །འདི་ནི་དགོས་པའི་མཆོག་ཡིན་  
 པས། །དོན་དམ་སྐྱ་རན་འདས་པ་ཡིན། །དེ་ནི་དེ་ཡིས་སྟོང་ཉིད་གང་། །དེ་ནི་དོམ་  
 དམ་སྟོང་པ་ཉིད། །སྐྱ་རན་འདས་དངོས་སྟོ་ཅན་གྱི། །འཛིན་པ་བསྒྲོག་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར། །དོན་དམ་མཁུན་པས་དོན་དམ་པ། །སྟོང་པ་ཉིད་ནི་བསྟན་པར་མཛད། །  
 སྐྱ་རན་ལས་འདས་པ་ནི་སྟེ་བུའི་དགོས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 དོན་དམ་པ་ཞེས་བྱ་ལ། དེའང་རི་སྐད་དུ། ག་ལ་ཏེ་སྐྱ་རན་འདས་དངོས་ན། །སྐྱ་  
 རན་ལས་འདས་པ་འདུས་བྱས་འགྱུར། །དངོས་པོ་འདུས་བྱས་མ་ཡིན་པ། །འགའ་  
 ཡང་གང་ནའང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་བདེན་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་སྐྱ་  
 རན་ལས་འདས་པ་དེ་ནི་དེ་ཡིས་སྟོང་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་དོན་དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་  
 ཅེས་བྱའོ། །འདི་ཅིའི་ཕྱིར་བཤད་ཅེ་ན། བྱེ་བྲག་ཏུ་སྐྱ་བ་གང་དག་སྐྱ་རན་ལས་  
 འདས་པ་འགོག་པ་རྩ་ས་གྱུ་བ་ཀྱི་དངོས་པོར་འདོད་པ་དག་གི་འཛིན་པ་བསྒྲོག་  
 པའི་ཕྱིར་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །རྒྱུན་ལས་བྱུང་ཕྱིར་ཁམས་གསུམ་པོ། །འདུས་བྱས་  
 ཡིན་པར་ངེས་པར་བསྟན། །དེ་ཉིད་དེ་ཡིས་སྟོང་ཉིད་གང་། །དེ་ནི་འདུས་བྱས་  
 སྟོང་ཉིད་བསྟན། །འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཁམས་གསུམ་པོ་དེ་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་



ལས་སྒྲིས་པའི་ཕྱིར་འདུས་བྱས་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་ཉིད་དེ་ཡིས་སྟོང་པ་ནི་འདུས་བྱས་  
 སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །གང་ལ་སྒྲེ་གནས་འཛིག་མེད་པ། །དེ་ནི་འདུས་མ་བྱས་ཞེས་  
 བརྗོད། །འདི་ཡི་སྟོང་ཉིད་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་འདུས་མ་བྱས་སྟོང་ཉིད། །གང་  
 ལ་ཐོག་མར་སྒྲེ་བ་དང་བར་དུ་གནས་པ་དང་ཐ་མར་འཛིག་པ་མེད་པ་དེ་ནི་འདུས་  
 མ་བྱས་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདུས་མ་བྱས་སྟོང་  
 པ་ཉིད་དོ། །འདི་ཅིའི་ཕྱིར་བཤད་ཅེ་ན། བྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་ནམ་མཁའ་  
 ལ་སོགས་པ་འདུས་མ་བྱས་དག་ཀྱང་རྟག་པའི་རྒྱ་ས་སུ་འཛིན་པ་བརྒྱུག་པའི་ཕྱིར་  
 བཤད་དོ། །གང་ལ་མཐའ་ནི་ཡོད་མིན་པ། །དེ་ནི་མཐའ་ལས་འདས་པར་བརྗོད། །  
 དེ་ཡི་སྟོང་ཉིད་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་མཐའ་ལས་འདས་སྟོང་ཉིད། །གང་ལ་རྟག་པ་  
 དང་ཆད་པའི་མཐའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་མཐའ་ལས་འདས་པ་སྟེ་དབུ་མའི་  
 ལམ་མོ། །དེ་ཉིད་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མཐའ་ལས་འདས་པ་  
 སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །འདི་འང་རྟག་ཆད་སྒྲངས་པ་དབུ་མའི་ལམ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་  
 བརྒྱུག་པའི་ཕྱིར་བཤད་དོ། །ཐོག་མ་དང་པོ་ཐ་མ་མཐའ། །དེ་དག་མེད་ཕྱིར་  
 ལའོར་བ་ནི། །ཐོག་མ་ཐ་མ་མེད་པར་བརྗོད། །འགྲོ་འོང་བུ་ལ་ཕྱིར་སྒྲིལ་ལམ་ལྟའི། །  
 སྟོང་འདི་དེ་ཡིས་དབེན་ཉིད་གང་། །དེ་ནི་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ། །མེད་པའི་སྟོང་པ་  
 ཉིད་དོ་ཞེས། །བསྟན་བཅོས་ལས་ནི་ངེས་པར་བསྟན། །ལའོར་བ་ལ་ནི་ཐོག་  
 མའམ་དང་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མེད་དུ་འབྱུང་བར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་དོ། །ཐོག་  
 མ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཐ་མ་མེད་དེ། ཐ་མ་ནི་ཐོག་མ་ལ་སྟོས་པའི་ཕྱིར་དོ། །གང་ལ་

ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་དེ་ལ་དབུས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། གང་ལ་ཐོག་མ་དང་  
 ཐ་མ་དང་དབུས་མ་དམིགས་པ་དེ་ལ་སྒྲུ་མ་ནས་འདིར་འོང་བ་དང་འདི་ནས་ཕྱི་མར་  
 འགོ་བ་མེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་ཕྱི་ལམ་ལྟ་བུའི་སྤྱད་པ་འདི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་དབེན་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་འཆོས་སྟོབ་ཀྱི་ཡིན་  
 ཉན་དང་ལྟན་པའི་བསྟན་བཅོས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ལས་བསྟན་དོ། །  
 དོར་བ་ཞེས་བྱ་འབྲེལ་བ་དང་། །འབྲེལ་བ་ལ་ནི་ངེས་པར་བཟོད། །དོར་མེད་གཏོང་བ་  
 མེད་པ་སྟེ། །འགའ་ཡང་བོར་མེད་གང་ཡིན་པའོ། །དོར་བ་མེད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས། །  
 དེ་ཉིད་སྟོང་པ་གང་ཡིན་པ། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་དོར་མེད་པ། །སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བར་  
 བཟོད། །དོར་བ་ནི་འབྲེལ་བ་དང་འབྲེལ་བ་དང་གཏོང་བ་ལ་ངེས་པར་བཟོད་ཅིང་། ཐ་  
 སྟན་དུ་འགའ་ཡང་འབྲེལ་བ་འཕམ་དོར་བྱར་མེད་ཅིང་སྒྲུང་བར་བྱ་བ་སྟེན་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་དགོ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དོར་བ་མེད་པ་ཡིན་ལ། དོར་བ་མེད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
 དེ་ཉིད་སྟོང་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དོར་བ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། འདི་འང་  
 དགོ་བ་ལ་སྒྲུང་བྱར་མཛོན་པར་ཞེན་པ་བསྒྲོག་པའི་ཕྱིར་གསུངས་སོ། །འདུས་བྱས་ལ་  
 སོགས་ངོ་བོ་ཉིད། །གང་ཕྱིར་སྟོབ་མ་རང་སངས་རྒྱལ། །རྒྱལ་སྒྲས་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་རྣམས་ཀྱིས། །མ་མཛད་དེ་ཕྱིར་འདུས་བྱས་ལ། །སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་  
 བོ་ཉིད། །རང་བཞིན་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་སྟེ། །དེ་ཉིད་དེ་ཡིས་སྟོང་ཉིད་གང་། །དེ་ནི་  
 རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད། །འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོབ་མ་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་དང་མཐོང་བས་མ་མཛད་པ་

དེའི་ཕྱིར་རོ་པོ་ཉིད་ཅེས་བསྟན་ལ། དེ་ཉིད་དེ་ཡིས་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
 རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བསྟན་དོ། །ཁམས་བཙུག་བརྒྱུད་དང་རེག་དུག་དང་། །  
 དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་དུག་དང་། །གཟུགས་ཅན་གཟུགས་ཅན་མིན་དེ་བཞིན། །  
 འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ཆོས་རྣམས། །ཆོས་དེ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །དེ་དག་  
 གིས་དབེན་སྟོང་ཉིད་གང་། །མིག་ལ་སོགས་པ་ནང་གི་ཁམས་དུག་དང་། །གཟུགས་  
 ལ་སོགས་པ་ཕྱིའི་ཁམས་དུག་དང་། །མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པའི་ཁམས་དུག་སྟེ་ཁམས་བཙུག་བརྒྱུད་དང་། །མིག་གི་འདུས་ཏེ་རེག་པ་  
 ལ་སོགས་པ་རེག་པ་དུག་དང་། །དེ་དག་ལས་བྱུང་བའི་ཆོར་བ་དུག་ལ་སོགས་པ་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་གི་རོ་བོས་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །གཟུགས་རུང་ལ་སོགས་དངོས་མེད་གང་། །དེ་ནི་རང་མཆོན་  
 སྟོང་པ་ཉིད། །གཟུགས་ནས་རྣམ་མཁྱེད་ཀྱི་བར་གྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་མཆོན་  
 ཉིད་གཟུགས་སུ་རུང་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་བདེན་པའི་དངོས་པོར་མེད་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །

གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཅི་ཞེ་ན། རྒྱས་པར་  
 བསྟན་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ། གཟུགས་ནི་གཟུགས་རུང་མཆོན་ཉིད་ཅན། །ཆོར་བ་  
 སྟོང་བའི་མཆོན་ཉིད་ཅན། །འདུ་ཤེས་མཆོན་མར་འཛིན་པ་སྟེ། །འདུ་བྱེད་མཛོན་  
 པར་འདུ་བྱེད་པའོ། །ཡུལ་ལ་སོ་སོར་རྣམ་རིག་པ། །རྣམ་ཤེས་རང་གི་མཆོན་ཉིད་  
 དོ། །སྤང་བོ་སྤྲུག་བསྐྱེད་པར་མཆོན་ཉིད། །ཁམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སྤྲུལ་གདུག་



འདོད། །གཟུགས་ནི་གཟུགས་ཅན་ནང་ཡན་ཚུན་ཕྱད་པ་ན་འགྱུར་བ་སྐྱེད་དུ་རུང་  
 བའི་ཕྱིར་གཟུགས་སུ་རུང་བའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ། །ཆོར་བ་ནི་དགེ་སྤྱེད་གི་རྣམ་  
 སྐྱེན་སིམ་གདུང་སོགས་སྐྱེད་བའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ། །འདུ་ཤེས་ནི་ཆོས་རྣམས་  
 ཀྱི་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཆན་མ་འཛིན་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ། །འདུ་བྱེད་ནི་  
 སེམས་ཡུལ་ལ་མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 ནི་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་རྣམས་ལ་སོ་སོར་རྣམ་པར་རིག་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ། །  
 ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕྱང་པོ་རྣམས་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་གསུམ་གང་རུང་གི་མཆན་ཉིད་  
 ཅན་ལོ། །ཁམས་རྣམས་ནི་འཛིན་པར་ཆོས་མཐུན་པའི་སྒྲོ་ནས་སྐྱེལ་གདུག་པའི་  
 མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ། །ཡང་ན་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས། །སྐྱེ་བའི་སྒྲོར་གྱུར་ཉིད་དུ་གསུངས། །ཅི་སྟེ་  
 སེམས་བྱུང་ངམ་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྐྱེ་བའི་སྒྲོར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
 བར་འབྱུང་བ་གང་། །དེ་ནི་འདུ་འབྲེད་མཆན་ཉིད་དོ། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
 འབྱུང་བ་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱེན་འདུ་གིང་ཆོགས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་འདུ་འབྲེད་ཀྱི་  
 མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ། །གཏོང་བ་སྐྱེན་པའི་ཕ་རོལ་ཕྱིན། །ཚུལ་ཁྲིམས་གདུང་མེད་  
 མཆན་ཉིད་བཟོད། །ཁྱོ་མེད་མཆན་ཉིད་བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི། །ཁ་མ་ཐོ་མེད་ཉིད་དོ། །  
 སྐྱེན་པ་ནི་ལུས་དང་ཡོངས་སྒྱུད་སོགས་གཏོང་བའི་ངང་ཚུལ་ཅན་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་  
 ནི་ཉོན་མོངས་པས་གདུང་བ་མེད་པ་དང་། བཟོད་པ་ནི་མི་མཐུན་སྤྱོད་སོགས་ཁོང་སྟོ་  
 བ་མེད་པ་དང་། བརྩོན་འགྲུས་ནི་དགེ་བའི་ཆོས་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་མཆན་ཉིད་

ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཁ་ན་མ་གྲོ་བ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །བསམ་གཏན་སྡུང་པའི་མཚན་  
 ཉིད་ཅན། །དེ་ནི་དག་པའི་ཆོས་སྡུང་པའི་ཕྱིར་རམ། དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཉི་  
 བར་སྡུང་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཤེས་རབ་ཆགས་མེད་མཚན་ཉིད་དོ། །མྱ་ངན་ལས་འདས་  
 བར་འགྲོད་པའི་ཕྱིར་འགའ་ལའང་ཆགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་  
 དྲག་རྣམས་ཀྱི། །མཚན་ཉིད་འདི་དག་ཡིན་པར་བརྗོད། །བསམ་གཏན་རྣམས་  
 དང་ཚད་མེད་དང་། །དེ་བཞིན་གཞན་གང་ག་ཟུགས་མེད་པ། །དེ་དག་ཡང་དག་  
 མཁྱེན་པ་ཡིས། །མི་ལ་བྱུགས་མཚན་ཉིད་ཅན་དུ་གསུངས། །བསམ་གཏན་ལ་  
 སོགས་པ་དེ་དག་ནི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མི་ལ་བྱུགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དུ་  
 གསུངས་ཏེ། །དེ་དག་ནི་འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ཏེ་ཁོང་ཁྱོད་བ་སྤངས་  
 བས་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱང་ཆུབ་ཕྱོགས་ནི་སུམ་ཅུ་བདུན། །ངེས་པར་འབྱུང་བྱེད་  
 རང་མཚན་ཉིད། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་སུམ་ཅུ་ཅུ་བདུན་ནི་འཁོར་བ་ལས་  
 འདའ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངེས་པར་འབྱུང་བར་བྱེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ལོ། །  
 སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི། །དམིགས་པ་མེད་པས་རྣམ་རྟོག་དབེན། །དངོས་པོ་  
 མ་དམིགས་པས་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་དྲི་མས་ཉི་བར་མ་སྤྲགས་པའི་རྣམ་པར་ཐར་  
 པའི་སྒྲོ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི། །རྣམ་པར་དབེན་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ལོ། །མཚན་མ་མེད་  
 པའི་ནི་ཉིད་དེ། །གསུམ་པའི་མཚན་ཉིད་སྟུག་བསྐྱལ་དང་། །གཏི་མུག་མེད་པའོ། །  
 རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒྲོ་མཚན་མ་མེད་པ་ནི། །མཚན་མ་མ་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ནི་  
 བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ལོ། །རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒྲོ་གསུམ་པ་སྒྲོན་པ་མེད་པ་ནི། །སྟུག་

བསྐྱལ་དང་གཏི་མུག་མེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ཏེ། འདྲ་བྱེད་སྒྲུག་བསྐྱལ་གྱི་བདག་  
 ཉིད་ཅན་རྣམས་ལ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་ལྟ་ཞིང་ཤེས་རབ་གྱིས་འདྲ་བྱེད་གྱི་རང་  
 བཞིན་ལ་ལྟ་བ་ན་སྒྲོན་པར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་བདག་མེད་པར་རྣམ་པ་  
 གཉིས་ནི་སྒྲོང་པ་ཉིད་གྱི་རྣམ་པའོ། །གཟུགས་སོགས་སྒྲོས་པའི་མཆན་མ་ཉེ་བར་  
 ཞི་བའི་ཕྱིར་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་ནི་མཆན་མ་མེད་པའི་རྣམ་པའོ། །སྒྲུག་ཀྱན་  
 གཉིས་གྱི་བསྐྱུས་པའི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཆོས་རྣམས་ནི་སྒྲོན་པ་མེད་པའི་  
 རྣམ་པའོ། །དེ་དག་ལ་དམིགས་པའི་འཛིག་རྟེན་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ནི་སྒྲོང་པ་ཉིད་  
 ལ་སོགས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཞེས་བརྗོད་ལ། དེ་དག་ལ་དམིགས་པའི་འཛིག་རྟེན་  
 ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་ནི་རྣམ་པར་བར་པའི་སྒྲོ་སྒྲོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པར་  
 བརྗོད་དོ། །རྣམ་བར་གྱི་མཆན་ཉིད་རྣམ་པར་གྲོལ་བྱེད་པའོ། །གཟུགས་ཅན་  
 གཟུགས་ལ་ལྟ་བ་ནི་རྣམ་པར་བར་པ་དང་པའོ། །གཟུགས་མེད་གཟུགས་ལ་ལྟ་བ་  
 ནི་གཉིས་པའོ། །སྒྲུག་པའི་རྣམ་པར་བར་པ་ནི་གསུམ་པའོ། །གཟུགས་མེད་གྱི་  
 རྣམ་པར་བར་པ་བཞི་དང་། འདྲ་ཤེས་དང་ཆོར་བ་འགོག་པའི་རྣམ་པར་བར་པ་དང་  
 བརྒྱད་པོ་དག་ནི་སྒྲོམས་འཇུག་གི་སྒྲིབ་པ་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་  
 གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ། །དེ་ལ་གཟུགས་ཅན་གཟུགས་ལ་ལྟ་བའི་  
 རྣམ་པར་བར་པ་ནི། སྒྲུལ་པའི་སྒྲིབ་པ་ལས་གྲོལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། བསམ་གཏན་  
 གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་རྣལ་འབྱོར་པ་བདག་ལ་གཟུགས་ཅན་གྱི་འདྲ་ཤེས་  
 ཉེ་བར་བཞག་ནས་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་རྣམས་ལ་སྒྲུག་མི་སྒྲུག་དང་། ཆེ་ཆུང་སྒྲུ་



ཚོགས་པར་མོས་པར་བྱེད་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་མཚུངས་ལྷན་དང་  
 བཅས་པའོ། །རྣམ་ཐར་གཉིས་པའི། གཞན་རྣམས་སྒྲིམ་དང་འདྲ་ཞིང་རྣལ་འབྱོར་པ་  
 རང་ཉིད་ལ་གཟུགས་ཅན་གྱི་འདུ་ཤེས་ཉེ་བར་བཤིག་པའི་བྱེད་པར་རོ། །སྤྱག་  
 པའི་རྣམ་པར་ཐར་པའི། གཟུགས་སྤྱག་པ་དང་། མི་སྤྱག་པ་སྤྱལ་པ་ལ་འདོད་པ་  
 དང་མི་འདོད་པའི་སྒྲིབ་པ་ལས་གྲོལ་བར་བྱ་བའི་བྱིར་བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་རྣལ་འབྱོར་པ་རང་ལ་གཟུགས་གྱི་འདུ་ཤེས་བཤིགས་ནས། གཟུགས་  
 སྤྱག་མི་སྤྱག་བར་མ་གསུམ་ལ་དམིགས་ཏེ། དེ་དག་པན་ཚུན་སྒྲིམ་པའི་འདུ་ཤེས་  
 དང་། རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་འདུ་ཤེས་དང་། མཐར་སྤྱག་པར་རོ་གཅིག་དུ་མོས་པར་  
 བྱས་ཏེ་སྒྲིམ་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་མཚུངས་ལྷན་དང་བཅས་པའོ། །གཟུགས་  
 མེད་གྱི་རྣམ་ཐར་བཞི་ནི། དགོས་ཆེད་རང་རང་གི་རོ་མུར་གི་སྒྲིབ་པ་ལས་གྲོལ་  
 བར་བྱ་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལ་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྒྲིམ་ཆེད་གྱི་རྣམ་པར་ཐར་པའི།  
 སྒྲིབ་པའི་དུས་སུ་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སོ་སྒྲིམ་དུ་མོས་པ་བྱེད་ཅིང་། དངོས་  
 གཞིའི་དུས་སུ། དེ་ཉིད་ལ་གསལ་སྒྲིབ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་  
 ཤེས་རབ་མཚུངས་ལྷན་དང་བཅས་པ་གང་ཞིག རང་གི་སྒྲིམས་འདུག་རོ་མུར་གི་  
 སྒྲིབ་པ་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་པའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་དང་། ཅིའང་མེད་པ་དང་། འདུ་ཤེས་  
 མེད་འདུ་ཤེས་མེད་མིན་གྱི་རྣམ་ཐར་རྣམས་ལའང་ཅི་རིགས་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
 འདུ་ཤེས་དང་ཚོར་བ་འགོག་པའི་རྣམ་ཐར་ནི། འདུ་ཤེས་དང་ཚོར་བ་འགོག་པའི་

སྒྲིབ་པ་ལས་གྲོལ་བའི་བྱིར་དུ། སྤྱིད་རྩེའི་སེམས་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོར་འདུ་རགས་  
 པ་མ་ལུས་པ་འགོག་པའི་སྒྲོམས་འདུག་གོ། སྒྲོབས་ཞེས་བྱ་བ་ཤིན་ཏུ་ནི། །རྣམ་  
 པར་ངེས་པའི་རང་བཞིན་གསུངས། །འཆད་པར་འགྱུར་བའི་སྒྲོབས་བཙུན་ཤིན་ཏུ་  
 རྣམ་པར་ངེས་ཤིང་གཏན་ལ་ཐེབས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ཤིན་  
 ཏུ་གཏན་ལ་འབེབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཐོགས་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །སྒྲོབ་པའི་མི་འཇིགས་  
 པ་རྣམས་ནི། །ཤིན་ཏུ་བརྟན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད། །འདི་ལྟར། རས་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 མཐོན་པར་བྱང་ཆུབ་བོ་ཞེས་དམ་བཅས་པ་ལ། ཆོས་འདི་བྱང་མ་ཆུབ་བོ་ཞེས་སྟོལ་བ་  
 མེད་པ་རང་དོན་རྟོགས་པའི་ཆོས་ལ་མི་འཇིགས་པ་དང་། རས་ཟག་པ་ཐམས་ཅད་  
 ཟང་དོ་ཞེས་དམ་བཅས་པ་ན། ཟག་པའི་རྣམ་པ་འདི་མ་ཟང་དོ་ཞེས་སྟོལ་བ་པོ་  
 མེད་པ་རང་དོན་སྤངས་པའི་ཆོས་ལ་མི་འཇིགས་པ་དང་། རས་ཉན་ཐོས་རྣམས་ལ་  
 བར་ཆད་ཀྱི་ཆོས་སུ་གསུངས་པ་དེ་དག་བསྟན་ཀྱང་བར་ཆད་དུ་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་  
 སྟོལ་བ་མེད་པ་གཞན་དོན་བར་ཆད་ཀྱི་ཆོས་སྟོན་པ་ལ་མི་འཇིགས་པ་དང་། རས་  
 སྟུག་བསྐྱེལ་ལས་ངེས་པར་འབྱེན་པར་ལམ་དུ་བསྟན་པ་དེ་དག་བསྟེན་ཀྱང་སྟུག་  
 བསྐྱེལ་ལས་ངེས་པར་འབྱེན་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྟོལ་བ་པོ་མེད་པ་གཞན་དོན་  
 ངེས་པར་འབྱེན་པའི་ལམ་སྟོན་པ་ལ་མི་འཇིགས་པ་སྟེ། སྒྲོབ་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མི་  
 འཇིགས་པ་དེ་ལྟ་བུ་རྣམས་ནི་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ཏེ། སུས་ཀྱང་  
 གཞན་དུ་འགྱུར་བར་བྱ་བར་མི་རུས་པའི་བྱིར་རོ། །སོ་སོ་ཡང་དག་རིག་རྣམས་ནི། །  
 སྒྲོབས་སོགས་ཆད་མེད་མཆན་ཉིད་ཅན། །སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་བཞི་ནི།

ཆོས་དང་། རྟོན་དང་། དེས་པའི་ཆོག་དང་། སྒྲོབས་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་  
 རྣམས་སོ། །དེ་དག་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ། རྫོང་བྱེད་གྱི་ཆོག་དང་། བརྫོང་བྱེད་རྟོན་  
 དང་། ཡུལ་སོ་སོའི་དེས་ཆོག་དང་། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རབ་དབྱེ་རྒྱ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་  
 ཐོགས་པ་མེད་པར་འདུག་པའི་ཉིད་དེ་འཛིན་དང་གཤམ་རབ་མཚུངས་ལྟན་དང་  
 བཅས་པའོ། །དེ་དག་ལྟན་པའི་སྒྲོབས་པ་མཐར་གཏུགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་སྒྲོབས་  
 ཐོགས་ཆད་པ་མེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ། །འགྲོ་ལ་ཕན་པ་ཉིད་སྒྲུབ་པ། །བྱམས་  
 པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱའོ། །བྱམས་པ་ཆེན་པོ་ནི། འགྲོ་བ་ལ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་  
 ཐུག་གི་ཕན་པ་ཉིད་སྒྲུབ་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ། །སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་ཅན་རྣམས་  
 ཡོངས་སྒྲུབ་པ། །བྱུགས་རྗེ་ཆེན་པོ། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ནི། སེམས་ཅན་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་  
 ཅན་རྣམས་ཡོངས་སུ་སྒྲུབ་པར་འདོད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ། །དགའ་བ་ནི། རབ་  
 དགའི་མཆན་ཉིད། དགའ་བ་ཆེན་པོ་ནི། སེམས་ཅན་བདེ་བ་དང་ལྟན་པ་རྣམས་  
 ལ་དམིགས་ནས་རབ་ཏུ་དགའ་བའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ། །བཏང་སྒྲོམས་ནི། མ་  
 འདྲེས་མཆན་ཉིད་ཅན་གཤམ་བྱ། །བཏང་སྒྲོམས་ཆེན་པོ་ནི། རྗེས་སུ་ཆགས་པ་དང་།  
 ཁོང་ཁྲོ་བ་སོགས་དང་མ་འདྲེས་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ། །སངས་རྒྱས་ཆོས་ནི་མ་  
 འདྲེས་པ། །བཅུ་དང་བརྒྱད་དུ་གང་འདོད་གང་། །གང་ཕྱིར་སྒྲོན་དེས་མི་འཕྲོགས་  
 པ། །དེ་ཕྱིར་མི་འཕྲོགས་རང་མཆན་ཉིད། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་བཅོ་  
 བརྒྱད་ལས། སྒྲོད་པས་བསྐྱེད་པ་དུག་ནི། སྐུ་ལ་འབྱུགས་པ་མི་མངའ་བ་དང་།  
 གསུང་ན་ཅ་ཅོ་མི་མངའ་བ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་རྟོན་ལ་བསྐྱེད་པ་མི་མངའ་བ་



དང་། ཐུགས་མཉམ་པར་མ་བཞག་པ་མི་མངའ་བ་དང་། ལམ་ལངས་ལ་སྒྲུབ་  
 རོར་བ་དང་པའི་འདུ་ཤེས་མི་མངའ་བ་དང་། མོ་མོར་མ་བརྟགས་པར་གདུལ་བྱ་  
 ཡལ་བར་འདོར་བའི་བཏང་སྟོམས་མི་མངའ་བའོ། ། རྟོགས་པས་བསྐྱུས་པ་དུག་ནི།  
 འདུན་པ་དང་། བརྩོན་འགྲུས་དང་། དུན་པ་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་དང་། ཤེས་རབ་  
 དང་། རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཉམས་པ་མི་མངའ་བའོ། ། བྲིན་ལས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་གསུམ་  
 རི། རྟོ་གསུམ་གྱི་ལས་བམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོན་དུ་འགྲོ་ཞིང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྗེས་སུ་  
 འབྲང་བའོ། ། ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་གསུམ་རི། དུས་གསུམ་གྱི་ཤེས་བྱ་ལ་མ་  
 ཆགས་མ་བློགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཟིགས་པ་འཇུག་པའོ། ། དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་  
 དག་ནི་མི་འབྲོགས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་ཏེ། ལུས་ལ་པ་ལ་སོགས་པ་མི་མངའ་  
 བས་སྒྲགས་མེད་པས་བྱབ་པར་མི་རུས་པའི་བྱིར་རོ། ། རྣམ་ཀུན་མཁྱེན་ཉིད་ཡེ་  
 ཤེས་ནི། མངོན་སུམ་མཆོན་ཉིད་ཅན་དུ་འདོད། ། གཞན་ནི་ཉི་ཆེ་བ་ཉིད་ཀྱིས། །  
 མངོན་སུམ་ཞེས་བྱང་མི་འདོད་དོ། ། རྣམ་པ་བམས་ཅད་མཁྱེད་པ་ཉིད་ནི། སྤང་པོ་  
 དང་། ཁམས་དང་། རྟེན་མཆེད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་བམས་ཅད་ལ་མངོན་སུམ་  
 པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་ལོ། ། གཞན་ཉན་བློས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་མཁྱེན་  
 པ་ནི་ཉི་ཆེ་བ་ཉིད་ཡིན་པས་རྣམ་པ་ཀུན་མངོན་སུམ་དུ་མཁྱེན་པ་ཞེས་བྱ་བར་མི་  
 འདོད་དོ། ། གང་ཞེག་འདུས་བྱས་མཆོན་ཉིད་དང་། ། འདུས་མ་བྱས་པའི་མཆོན་  
 ཉིད་གང་། ། དེ་དེ་ཁོ་ནས་སྟོང་པའི་བྱིར། ། དེ་ནི་རང་མཆོན་སྟོང་པ་ཉིད། ། རང་གི་  
 མཆོན་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་བཤད་ཟེན་ཏེ། ། ད་ལྟ་བུ་འདི་མི་གནས་ཤིང་། ། འདས་

དང་མ་འོངས་ཡོད་མ་ཡིན། །གང་དུ་དེ་དག་མི་དམིགས་པ། །དེ་དག་མི་དམིགས་  
 པ་ཞེས་བརྗོད། །མི་དམིགས་པ་དེ་རང་ངོ་ལོ། །དེ་ཡིས་དབེན་པ་ཉིན་གང་དེ། །  
 ཐེར་བྱག་གནས་མིན་འཇིག་མིན་པས། །མི་དམིགས་ཞེས་བྱའི་སྟོང་ཉིད་དོ། །ད་  
 ལྟ་བུ་ནི་སྒྲིན་ཅིག་མ་ཉིད་ཀྱིས་མི་གནས་པའི་ཕྱིར་དང་། །འདས་པ་དང་མ་འོངས་  
 པ་ནི་ཞིག་པ་དང་མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་དུས་གསུམ་པོ་དེ་ལ་མི་དམིགས་པ་ཞེས་བརྗོད་ལ།  
 དེ་དག་ཐེར་བྱག་དུ་གནས་པ་མིན་ཞིང་། །འཇིག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རང་གི་ངོ་  
 བོས་དབེན་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་མི་དམིགས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །རྒྱུ་ལས་བྱུང་  
 ཕྱིར་དངོས་པོ་རྣམས། །འདུས་པ་པ་ཡི་ངོ་བོ་མེད། །འདུས་པ་པ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱིས། །  
 སྟོང་ཉིད་དངོས་མེད་སྟོང་ཉིད་དོ། །དངོས་པོ་རྣམས་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུ་འདུས་པ་ལས་  
 བྱུང་བའི་ཕྱིར། །འདུས་པའི་ངོ་བོ་མེད་ལ། །དེ་ཉིད་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་ནི་དངོས་  
 པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །སྟོང་ཉིད་བཅུ་དྲུག་སྟོས་པ་དང་བཅས་ཏེ་  
 བཤད་ཅིན་ཏོ། །མདོར་བསྡུས་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་བཞི་པོ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། །འདི་  
 ལྟར། །དངོས་པོའི་སྒྲིན་ནི་མདོར་བསྡུས་ན། །ལུང་པོ་ལྟ་རྣམས་བརྗོད་པ་ཡིན། །དེ་  
 རྣམས་དེ་ཡིས་སྟོང་ཉིད་གང་། །དེ་དངོས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བཤད། །དངོས་པོའི་སྒྲིན་  
 ནི་ལུང་པོ་ལྟ་བརྗོད་ལ། །དེ་རྣམས་དེ་ཡིས་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དངོས་པོ་  
 སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །མདོར་བསྡུས་ན་ནི་དངོས་མེད་པར། །འདུས་མ་བྱས་ཆོས་  
 རྣམས་ལ་བརྗོད། །དེ་ནི་དངོས་མེད་དེས་སྟོང་ཉིད། །དངོས་པོ་མེད་པ་སྟོང་ཉིད་དོ། །  
 །དངོས་པོ་མེད་པ་ནི་ནམ་མཁའ་དང་སྤྱི་རན་ལས་འདས་པ་ལ་སོགས་པ་འདུས་མ་

བྱས་ཡིན་ལ། དེ་རྣམས་དེ་ཉིད་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་ཉིད་ནི། དངོས་པོ་མེད་  
 པའི་སྟོང་ཉིད་དོ། །རང་བཞིན་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ནི། །རང་བཞིན་ཞེས་བྱའི་སྟོང་ཉིད་  
 དེ། །འདི་ལྟར་རང་བཞིན་མ་བྱས་པས། །རང་བཞིན་ཞེས་ནི་བྱ་བར་བསྟན། །  
 ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པས་མ་བྱས་པ་ནི་རང་བཞིན་ཞེས་  
 བསྟན་ལ། རང་བཞིན་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ནི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །  
 སངས་རྒྱལ་རྣམས་ནི་འབྱུང་བའམ། །མ་བྱུང་རུང་སྟེ་དངོས་སུ་ན། །དངོས་པོ་ཀྱན་  
 གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད། །གཞན་གྱི་དངོས་པོར་རབ་ཏུ་བསྒྲགས། །ཡང་དག་མཐའ་དང་  
 དེ་བཞིན་ཉིད། །དེ་གཞན་དངོས་པོའི་སྟོང་ཉིད་དོ། །སངས་རྒྱལ་རྣམས་བྱུང་  
 བའམ། མ་བྱུང་ཡང་རུང་སྟེ་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་གནས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྟོང་  
 པ་ཉིད་ནི་ཡེ་ཤེས་ལུལ་དུ་བྱུང་བས་དོགས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཞན་གྱི་དངོས་པོར་  
 རབ་ཏུ་བསྒྲགས་སོ། །ཡང་ན་འཁོར་བ་ལས་འདས་པའི་ཕྱིར་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་དག་པའི་མཐའ་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་དེ། དེ་དག་རང་བཞིན་  
 གྱིས་དབེན་པ་ཉིད་ནི་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །ཤེས་རབ་པ་ལོ་ལྟུན་  
 རྒྱལ་ལས། །དེ་དག་དེ་སྐད་རབ་ཏུ་བསྒྲགས། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་ལོ་ལྟུན་པའི་  
 མདོ་ལས། སྒྲོས་པ་དང་བཅས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་བཙུངས་དང་། མདོར་བསྟན་པའི་  
 སྟོང་པ་ཉིད་བཞི་པོ་དེ་དག་གོང་དུ་བཤད་པའི་རྒྱལ་དེ་སྐད་དུ་རབ་ཏུ་བསྒྲགས་སོ། །

དེ་ནས་དེ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་  
 ནས་མཐུག་བསྟུ་བའི་ཕྱིར་བཤད་པ། དེ་ལྟར་སྒྲོ་གྲོས་ཟེར་གྱིས་སྟོང་པ་གསལ་



བྱས་པའི། །རང་གི་ལག་ན་གནས་པའི་སྐྱུ་རུ་ར་བཞིན་དུ། །སྤྱིད་གསུམ་འདི་དག་  
མ་ལུས་གདོད་ནས་སྐྱེ་མེད་པར། །རྟོགས་དེ་ཐ་སྐྱད་བདེན་པའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་འགོག་  
པར་འགྱུར། །གོང་དུ་བཤད་པའི་ཚུལ་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲོ་  
གྲོས་ཀྱི་ཟེར་གྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བའི་གོགས་ཀྱི་སྐྱུ་ར་བ་བཅོམ་སྟེ། དེ་ཁོ་ན་  
ཉིད་ཀྱི་སྐྱུང་བ་གསལ་བར་བྱས་པའི་སེམས་དཔས་ནི། དཔེར་ན་རང་གི་ལག་ན་  
གནས་པའི་སྐྱུ་རུ་རའི་ཕྱི་ནང་ཐམས་ཅད་མ་བསྐྱབས་པར་གསལ་བ་དེ་བཞིན་དུ།  
སྤྱིད་གསུམ་གདོད་མ་ནས་སྐྱེ་བ་མེད་པར་རྟོགས་པས། དོན་དམ་པར་འགོག་པ་  
ལ་སྒྲོམས་པར་འདུག་པ་མེད་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྐྱད་བདེན་པའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་  
སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་འགོག་པ་ལ་  
སྒྲོམས་པར་འདུག་པར་འགྱུར་རོ། །འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱས་ཏེ་གཞན་དོན་ཡལ་  
བར་འདོར་རམ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། རྟག་ཏུ་འགོག་པ་རྟོགས་པའི་བསམ་ལྟ་ཡིན་  
མོད་ཀྱི། །འགྲོ་བ་མགོན་མེད་པ་ལ་འང་སྤྱིང་རྗེ་སྐྱེས་པར་བྱེད། །དེས་ནི་རྟག་ཏུ་  
འགོག་པ་ལ་སྒྲོམས་པ་འདུག་པའི་རྣམ་པ་ཐོབ་མོད་ཀྱི། །འོན་ཀྱང་སྤྱིད་པའི་འགྲོ་  
བ་མགོན་མེད་པ་རྣམས་ལ་སྤྱིང་རྗེ་སྐྱེད་དེ། འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱེད་པའང་མ་ཡིན་  
ནོ། །དེའི་ཕྱིར་འདིའི་སྒྲུབ་བ་ནི་འཁོར་བར་གཏོགས་པ་ཡིན་ལ། བསམ་བ་ནི་ཕྱ་  
རན་ལས་འདས་པར་གཏོགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་གོང་བདེ་གསེགས་གསུང་སྐྱེས་སངས་  
རྒྱས་འབྲིང་བཅས་ནི། །མ་ལུས་པ་རྣམས་སྒྲོ་ཡིས་ལམ་པར་བྱེད་པའང་ཡིན། །  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་དུག་པ་དེའི་གོང་རོལ་བདུན་པ་ལ་སོགས་པར་ནི། བདེ་

བར་གཤེགས་པའི་གསུང་ལས་སྐྱེས་པ་ནི་ཐོས་དང་སངས་རྒྱས་འབྲིང་རང་  
 སངས་རྒྱས་དང་བཅས་པ་རྣམས་མ་ལུས་པ་སྟོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་པམ་བར་  
 བྱེད་པའང་ཡིན་ནོ། ། ཀྱུན་རྫོབ་དེ་ནི་དགཤེག་ཡངས་དཀར་པོ་རྒྱས་གྱུར་པ། །  
 རང་པའི་རྒྱལ་པོ་དེ་ནི་སྐྱེ་བོ་རང་པ་ཡི། ། མདུན་དུ་བདར་ནས་དག་བའི་རྒྱུད་གི་  
 རྒྱགས་སྟོབས་ཀྱིས། ། རྒྱལ་བའི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་ཕ་རོལ་མཚོག་ཏུ་འགྲོ། ། ཀྱུན་  
 རྫོབ་དང་དེ་ཁོ་ན་ནི་དོན་དམ་པའི་གཤེག་པ་རྒྱས་པར་གྱུར་པ་རང་པའི་རྒྱལ་པོ་  
 ལྷ་ལུ་ས་དུག་པ་ལ་གནས་པའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་རང་གི་གདུལ་བྱའི་སྐྱེ་  
 བོ་རང་པའི་ཚོགས་ཀྱི་མདུན་དུ་བདར་ནས་ཚོགས་གཉིས་ཀྱི་དག་བའི་རྒྱུད་གི་  
 རྒྱགས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱལ་བའི་ཡོན་ཏན་ཟད་མི་ཤེས་ཤིང་མུ་མཐའ་མེད་པ་རྒྱ་  
 མཚོ་ལྷ་ལུའི་ཕ་རོལ་དུ་སྐྱུར་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ། ། དབུ་མ་ལ་འདུག་པ་ལས།  
 སེམས་བསྐྱེད་པ་དུག་པའི་རྣམ་པར་བཤད་པའོ། ། །

དེའི་འོག་ཏུ་སེམས་བརྒྱུད་པ་བདུན་པ་རིང་ཏུ་སོང་བའི་དབང་ཏུ་བྱས་  
ནས་བཤད་པ། རིང་ཏུ་སོང་བ་འདིར་ནི་སྐད་ཅིག་དང་། །སྐད་ཅིག་ལ་ནི་འགོག་  
ལ་འཇུག་འགྱུར་ཞིང་། །ཐབས་ཀྱི་པ་རོལ་ཕྱིན་ལེགས་འབར་བ་ཐོབ། །བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་ས་བདུན་པ་རིང་ཏུ་སོང་བ་འདིར་ནི་སེམས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་  
སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་འགོག་པ་ལ་སྒྲོམས་པར་མཇུག་  
ཅིང་ལྷང་གི་འགོག་པ་མངོན་ཏུ་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ས་དེར་ཐབས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་  
ཕྱིན་པ་ལེགས་པར་འབར་ཞིང་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །འགོག་པའི་

སྒྲིམ་པ་པར་འཇུག་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདིའི་རང་བཞིན་ཅི་ཞེ་ན། མདོ་ལས། འགོག་  
 པའི་སྒྲིམ་པ་འཇུག་ཅེས་པའི་མིང་ཙམ་ཞིག་འབྱུང་ཞིང་། དེའི་མཚན་ཉིད་ཆེན་པོ་  
 དག་གིས་མི་མཐུན་པར་མཛད་དེ། འདི་ལྟར་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས། འགོག་  
 པའི་སྒྲིམ་པ་པར་འཇུག་པ་གང་ཞེ་ན། ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྒྲིམ་ཆེད་ཀྱི་འདོད་ཆགས་  
 དང་བྲལ་ལ་སྤྱིད་པའི་ཅེ་མོ་ལས་གྱུར་དུ་བསྒྲིབ་པའི་ཞི་བར་གནས་པའི་འདུ་ཤེས་སྒྲིམ་དུ་  
 བཏང་བའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པས། སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་བདུན་པ་མ་  
 ཡིན་པ་རྣམས་དང་། བདུན་པ་དེ་དག་ལས་ཀྱང་ཁ་ཅིག་འགོག་པ་ལ་འགོག་པའི་  
 སྒྲིམ་པ་པར་འཇུག་པ་ཞེས་བཏགས་སོ་ཞེས་ཆོགས་བདུན་ལོའོར་བཅས་འགགས་  
 པའི་ཐུང་པོའི་གནས་སྐབས་ལ་བཏགས་པའི་ལྷན་མིན་འདུ་བྱེད་དུ་བཤད་ཅིང་།  
 སྒྲིབ་དཔོན་འདི་ནི་སྒྲིམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་འགོག་པ་  
 ཞེས་བྱ་ལ། གང་གི་ཆོས་དུག་པར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱེད་པ་ཐོབ་པས། དེ་  
 ལྟ་བུའི་འགོག་པ་ལ་ཇི་ལྟར་འདོད་པར་སྒྲིམ་པ་པར་འཇུག་པ་ལ་འགོག་པའི་སྒྲིམ་པ་  
 པར་འཇུག་པ་ཞེས་བཞེད་དེ། འགྲེལ་པར། འགོག་པ་ལ་སྒྲིམ་པ་པར་འཇུག་པ་ནི།  
 ཡང་དག་པའི་མཐའ་ལ་སྒྲིམ་པ་པར་འཇུག་པ་ཡིན་པས། དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་འགོག་  
 པ་ཞེས་བྱ་བར་བརྗོད་དེ། སྒྲིམ་པ་ཐམས་ཅད་འགོག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཞེས་བཤད་དོ། །དེ་བས་ན་འགོག་པའི་སྒྲིམ་པ་པར་འཇུག་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཁྱད་པར་བ་ཡིན་ལ། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་  
 ཞི་བ་ལ་མདོན་པར་དགའ་བའི་ཕྱིར་འགོག་པ་ལ་སྒྲིམ་པ་པར་ཞུགས་པ་ན་ཡུན་



རིང་དུ་གནས་པར་འགྱུར་ལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་ཞི་བ་མི་འདོད་  
པའི་ཕྱིར་དང་། ཐབས་ལ་མཁས་པའི་ཕྱིར་ས་བདུན་པ་ནས་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་  
འགོག་པ་ལ་འཇུག་ཅིང་ལྡང་བས་ཉན་རང་དག་སློབ་སྟོབས་ཀྱིས་བྱིས་ཀྱིས་  
གཞོན་པ་ཡིན་ནོ། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། སེམས་བསྐྱེད་པ་བདུན་པའི་བཤད་  
པའོ། །

ད་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱད་པ་མི་གཡོ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཤད་པ།  
ཡང་ཡང་སྒྲུབ་དག་ལས་ལྷག་ཐོབ་བྱའི་ཕྱིར། །གང་དུ་ཕྱིར་མི་ལྡོང་བ་ཉིད་འགྱུར་  
བ། །མི་གཡོ་དེ་ལ་བདག་ཉིད་ཆེ་དེ་འཇུག། །སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱད་པ་ལ་གནས་  
པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེ་ནི་སྒྲུབ་ས་བདུན་པ་མན་ཆད་ཀྱི་ཆོག་ས་གཉིས་ཀྱི་དགོ་  
བ་ལས་ལྷག་པ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ས་གང་དུ་མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་  
ལ་བཟོད་པ་ཐོབ་པས་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཕྱིར་མི་  
ལྡོག་པ་ས་བརྒྱད་པ་མི་གཡོ་བ་དེ་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། །ཇི་ལྟར་ན་ས་བརྒྱད་  
པ་དེར་ས་བདུན་པ་མན་ཆད་ལས་ལྷག་པའི་དགོ་བ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། ས་  
བདུན་པ་མན་ཆད་དུ་ནི་རྩོལ་བ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་དང་། ས་བརྒྱད་པ་ཐོབ་ནས་  
རྩོལ་བ་མེད་པར་རང་གི་རང་གིས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དེ། དཔེར་ན་གྲུ་ཆེན་པོ་རྒྱ་མཚོ་ལ་  
མ་བྱུག་བར་དུ་རྩོལ་བས་བསྐྱོད་དེ་འགོ་བ་དང་། རྒྱ་མཚོར་ཕྱིན་ནས་རྒྱུང་གིས་  
བསྐྱོད་དེ་རྩོལ་མེད་དུ་འགོ་བའི་ལྷུང་བུ་ལ་གྱི་བྱུང་པར་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་།  
འདི་ཡི་སློན་ལམ་གིན་དུ་དག་འགྱུར་ཞིང་། །རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་འགོག་ལས་སློབ་

བར་མཛད། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འདིས་སེམས་དང་པོ་བསྐྱེད་པའི་ཆེ་སྒྲིན་ལམ་འབུམ་ཐུག་གྲངས་མེད་བཅུ་བཅུ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་གནས་སྐབས་འདིར་ཡང་ཡོངས་སུ་དག་པར་འགྱུར་བས་དེའི་ཕྱིར་དེ་ལ་སྒྲིན་ལམ་གྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཆེས་ལྷག་པར་འགྱུར་རོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་མི་གཡོ་བ་འདི་ཐོབ་མ་ཐག་དུ་ཉོན་མོངས་པ་མ་ལུས་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གོམས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། འབད་པ་མེད་པར་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ངང་དུ་འགོག་པ་ལ་སྒྲིམས་པར་འདུག་པར་འགྱུར་ལ། དེའི་ཆེ་ཆུལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་སྐད་ཅེས། །རིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྟོབས་སོགས་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་རྣམས། །དེ་དག་ཁྱོད་ལ་མེད་ཀྱིས་དེ་ལ་བརྩོན་འགྲུས་ཅོམས། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་འགོག་པ་ལས་སྟོང་བར་མཛད་ཅིང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉེ་བར་བསྐྱབ་པ་ལ་སྐྱལ་བར་མཛད་དོ། །ཅིའི་ཕྱིར་འདི་འགོག་པ་ལས་སྟོང་བར་མཛད་ཅི་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་ལྟར། ཆགས་པ་མེད་པའི་སྟོ་ནི་སྒྲིན་རྣམས་དག་དང་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་ཕྱིར། །ས་བརྒྱད་པ་ལ་དྲི་མ་དེ་དག་ཅུ་བཅས་ཉེ་བར་ཞི་འགྱུར་ཞིང་། །ཉོན་མོངས་ཟད་ཅིང་། ཁམས་གསུམ་སྒྲུ་མར་གྱུར་གྱུང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ནི། །འཕྱོར་པ་མཁའ་ལྟར་མཐའ་བུལ་མ་ལུས་འཐོབ་པ་རྣམས་མ་ཡིན། །ས་བརྒྱད་པ་ལ་སྐྱེ་བའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ཁམས་གསུམ་ན་སྟོད་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་དྲི་མ་དེ་དག་ཅུ་བ་དང་བཅས་པ་ཉེ་བར་ཞི་བར་འགྱུར་ཏེ། རི་ལྟར་སྒྲང་བ་དང་ལུན་པ་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པ་ལྟར་གང་ལའང་ཆགས་པ་མེད་ཅིང་རྣམ་པར་

མི་རྟོག་པའི་སྒོ་ནི་ཆགས་སོགས་སྒྲིན་རྣམས་དང་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པའི་བྱིར་རོ། །  
 དེའི་བྱིར་ཉོན་མོངས་པ་མ་ལུས་པ་བྱད་པའི་བྱིར་མཆོད་པ་འོས་པས་ཁམས་གསུམ་སྒྲ་  
 མར་གྱུར་ཡང་། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་འབྱོར་པ་མ་ལུས་པ་འབྲོབ་པར་  
 ལུས་པ་མ་ཡིན་པས། དེ་འབྲོབ་པར་བྱ་བའི་བྱིར་འདིས་བསྐྱེམ་པར་བྱ་དགོས་སོ། །  
 གལ་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་འདིས་གནས་སྐབས་དེར་ཉོན་མོངས་པ་མ་ལུས་  
 པར་སྤངས་ན་ལའོར་བར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར་ཇི་ལྟར་འདིའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 ཆོས་རྣམས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། ལའོར་བ་འགགས་ཀྱང་དབང་  
 རྣམས་བཅུ་པོ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཞིང་དེ་དག་གིས། སྤྲིད་པའི་འབྲོ་བར་རང་གི་  
 བདག་ཉིད་སྣ་ཆོགས་སྟོན་པར་བྱེད་པར་འགྱུར། །འདིས་ལའོར་བ་འགགས་མེད་  
 ཀྱི་དེ་ལྟ་ནའང་། འདིས་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་དབང་བཅུ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཞིང་།  
 དེ་དག་གི་དབང་གིས་སྤྲིད་པའི་འབྲོ་བར་གཞན་གྱི་དོན་དུ་ཡིད་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་  
 ལུས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བདག་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་སྣ་ཆོགས་པ་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་བྱིར་  
 འདིས་ཆོགས་མ་ལུས་པ་རྫོགས་པ་མི་འགལ་ལོ། །དེ་ལ་ཡིད་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་  
 ལུས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞེ་ན། འདི་ལྟར། ཡིད་ནི་འདོད་པ་ཙམ་གྱིས་གར་ཡང་  
 བྱིན་ཞིང་། གར་ལའང་ཐོགས་པ་མེད་པ་ལྟར། འདིའང་དེ་དང་འདྲ་བའི་བྱིར་ཡིད་  
 ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་ལུས་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་དབང་བཅུ་ནི། བསྐྱེལ་པ་བརྗོད་དུ་མེད་  
 པར་ཆེ་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་པ་ཆེ་ལ་དབང་བ་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་དཔག་དུ་མེད་  
 པ་ལ་སྒྲོ་མས་པར་འཇུག་པ་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་དབང་བ་དང་། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་



རྒྱན་བཀོད་པ་དུ་མས་རབ་ཏུ་བརྒྱན་པའི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པ་ཡོ་བྱད་  
ལ་དབང་བ་དང་། ལས་གྱི་རྣམ་པར་སྟོན་པ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་གྱིས་དུས་ཇི་ལྟར་  
བ་བཞིན་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པ་ལས་ལ་དབང་བ་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་རྣམས་སུ་  
གདུལ་བྱ་དང་མཆོམས་པར་སྐྱེ་བ་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པ་སྐྱེ་བ་ལ་དབང་བ་དང་། སངས་  
རྒྱས་གྱི་ཞིང་དང་དུས་གང་དུ་ཅི་དགའ་བར་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པར་  
ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པ་སྟོན་ལམ་ལ་དབང་བ་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གམས་ཅད་སངས་  
རྒྱས་གྱིས་རབ་ཏུ་གང་བར་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པ་མོས་པ་ལ་དབང་བ་དང་། སངས་རྒྱས་  
གྱི་ཞིང་གམས་ཅད་དུ་རྩུ་འབྲུལ་གྱི་རྣམ་པར་འབྲུལ་པ་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པ་རྩུ་འབྲུལ་  
ལ་དབང་བ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྟོབས་དང་མི་འཇིགས་པ་ལ་སོགས་  
པ་སངས་རྒྱས་གྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པ་ཡེ་ཤེས་ལ་དབང་བ་དང་། མཐའ་དང་  
དབུས་མེད་པའི་ཆོས་གྱི་སྒྲི་སྒྲར་བ་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པ་ཆོས་ལ་དབང་བ་རྣམས་སོ། །དབུ་  
མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱད་པའི་རྣམ་པར་བཤད་པའོ། ། །

དེའི་འོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དགུ་པ་ལེགས་པའི་སྟོ་གྲོས་གྱི་དབང་དུ་  
བྱས་ནས་བཤད་པ། དགུ་པ་ལ་ནི་དེ་སྟོབས་ལྷ་ཞེས་མཐའ་དག་རྫོགས་པར་དག་  
འགྲུར་ཞིང་། །དེ་བཞིན་ཡང་དག་རིག་ཆོས་རང་གི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་དག་པའང་  
འབྲོབ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ས་དགུ་པ་འདི་ལ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེའི་  
སྟོབས་གྱིས་པ་རོལ་དུ་བྱིར་བ་མཐའ་དག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་གིང་དག་པར་འགྲུར་ལ།  
སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་རང་གི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་དག་པ་བཞིའང་འབྲོབ་སྟེ།

འདི་ལྟར། ཆོས་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་དང་། རྟོན་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་  
 པ་དང་། དེས་པའི་ཆོག་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་དང་། སྒྲོབས་པ་སོ་སོ་ཡང་  
 དག་པར་རིག་པའོ། །དང་པོས་ནི། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་གི་མཆན་ཉིད་རབ་རྟུ་  
 ཤེས་སོ། །གཉིས་པས་ནི། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་རབ་རྟུ་ཤེས་སོ། །  
 གསུམ་པས་ནི། ཆོས་རྣམས་མ་འདྲེས་པར་སྟོན་པ་རབ་རྟུ་ཤེས་སོ། །བཞི་པས་ནི།  
 ཆོས་རྣམས་ཀྱི་མཐུན་པའི་རྒྱ་རྒྱན་ཆད་པ་མེད་པ་ཉིད་རྟུ་རབ་རྟུ་ཤེས་སོ། །དབུ་མ་  
 ལ་འཇུག་པ་ལས། སེམས་བསྐྱེད་པ་དགྲུ་པའི་རྣམ་པར་བཤད་པའོ། ། །

དེའི་འོག་རྟུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱ་པ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིན་ཀྱི་དབང་རྟུ་བྱས་ནས་  
 བཤད་པ། བརྒྱ་པའི་ས་ལ་དེ་ཡིས་ཀུན་ནས་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་དབང་བསྐྱར་བ། །  
 དམ་པ་ཐོབ་ཅིང་ཡེ་ཤེས་ལྷག་པ་མཆོག་རྟུ་འབྱུང་བར་འབྱུར་བའང་ཡིན། །ཆར་  
 སྒྲིན་རྣམས་ལས་རྒྱ་ཆར་འབབ་པ་རི་ལྟར་དེ་བཞིན་འགྲོ་རྣམས་ཀྱི། །དགོ་བའི་ལོ་  
 ཐོག་ཆེད་རྟུ་རྒྱལ་སྤྱས་ལས་ཀྱང་ལྷན་གྱུ་བ་ཆོས་ཆར་འབབ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ས་བརྒྱ་པ་འདི་ལ་གནས་པའི་རྒྱལ་བའི་སྤྱས་པོ་དེ་ཡིས་སངས་རྒྱས་རྣམས་  
 ལ་འོད་ཟེར་ཆེན་པོའི་དབང་བསྐྱར་བ་དམ་པ་ཐོབ་སྟེ། རི་སྐད་དུ། དེ་ལ་ཉིང་རེ་  
 འཛིན་གྲངས་མེད་པ་འབུམ་ཕྱག་བརྒྱ་རི་སྟོན་པའི་ཐ་མ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 ཉིང་རེ་འཛིན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་བྱད་པར་མེད་པའི་དབང་བསྐྱར་  
 བ་དང་ལྷན་པ་བྱ་བ་མངོན་དུ་གྱུར་ཏེ། དེ་མངོན་དུ་གྱུར་མ་ཐག་རྟུ་སྟོང་གསུམ་  
 འབུམ་ཕྱག་བརྒྱའི་བཏོས་དང་མཉམ་པའི་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་

དང་ལྷན་པས་སྤྲུམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནས་སྤྲོད་གསུམ་འབུམ་ཕྱག་བཅུར་ཚང་བའི་  
 རུལ་ཕྱར་བ་ཀྱི་རུལ་སྟེད་ཀྱི་པརྟོའི་ལམ་དང་ལྷན་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར་དེ། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་དེའི་ལུས་ཀྱང་དེ་དང་འཆོམ་ཞིང་དེའི་རྒྱུན་དུ་བབ་པར་གནས་སོ། །  
 དེ་ཏིང་ངེ་འཛིན་དེ་ཐོབ་མ་ཐག་ཏུ་པད་མ་དེ་ལ་འདུག་པ་ཀྱན་ཏུ་སྤྲོད་ངོ་། །དེ་དེ་  
 ལ་འདུག་པ་དང་། སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྷན་འདས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཀྱན་ནས་  
 གདན་འཛོམས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཛོད་སྤྲུམ་ནས་འོད་ཟེར་དག་སྤྲོད་ནས་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་དེ་ལ་དབང་བསྐྱར་བར་མཛོད་དོ་ཞེས་པའི་བར་དུ་གསུངས་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །དེའི་ཆེ་འདིའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱེན་པ་ཆེས་ལྷག་ཅིང་མཆོག་ཏུ་དག་པར་  
 འགྱུར་ལ། ཆར་སྤྲིན་ཆེན་པོ་ལྟར་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་དག་བའི་ལོ་ཐོག་མཛོན་པར་  
 སྤེལ་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུམ་པོ་དེ་ལ་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཆར་  
 མཛོན་པར་འབབ་པར་འགྱུར་ངོ་། །དེའི་ཕྱིར་ས་དེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྤྲིན་ཞེས་བུའོ། །དབུ་  
 མ་ལ་འདུག་པ་ལས། སེམས་བསྐྱེད་པ་བཅུ་པའི་རྣམ་པར་བཤད་པའོ། ། །

དེ་ལྟར་ས་བཅུའི་ངོ་བོ་བསྟན་ནས། དེའི་འོག་ཏུ་ས་བཅུ་པོ་རྣམས་སྤྲུམ་ཐོབ་  
 པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་གྲངས་ཀྱི་ཁྱད་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ། དེ་ཆེ་འདིས་ནི་  
 སངས་རྒྱས་བརྒྱ་མཐོང་ཞིང་། །དེ་དག་བྱེན་གྱིས་བསྐྱབས་ཀྱང་འདི་ཡིས་ཁྱོགས། །  
 དེ་ཉིད་ཆེན་བསྐྱལ་པ་བརྒྱར་གནས་ཤིང་། །དེ་སྟེད་སྟོན་དང་ཕྱི་མའི་མཐར་ཡང་  
 འདུག །ཏིང་འཛིན་བརྒྱ་ལ་འདུག་ཅིང་ལྷང་བྱེད་དེ། །འཛིག་ཁྱེན་ཁམས་བརྒྱ་གཡོ་  
 ཞིང་སྤྲོད་བར་རུས། །དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་བརྒྱ་ཕྱག་སྤྲིན་བྱེད་ཅིང་། །བརྒྱ་ཕྱག་



ཞིང་དག་ཏུ་ཡང་འགྲོ་བར་འགྱུར། །དེ་ནི་རང་གི་ལུས་བརྒྱ་སྟོན་བྱེད་ཅིང་། །རང་  
 གི་ལུས་ལ་ཆོས་སྟོན་བརྒྱ་ཡང་སྟོན། །མཛེས་པའི་ལུས་རེ་ལ་ཡང་རང་གི་འཁོར་། །  
 རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་བརྒྱ་ཕྱག་ལྟན་པར་སྟོན། །གང་གི་ཆོས་དང་པོ་ཐོབ་པ་དེའི་ཆོ་  
 རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་འདིས་སྐད་ཅིག་ཐང་ཅིག་ཡུང་ཙམ་ཉིད་ལ། སངས་རྒྱས་བརྒྱ་  
 མཐོང་ཞིང་དེ་དག་གི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཀྱང་རྟོགས་ལ། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆོ་བསྐྱེད་པ་  
 བརྒྱར་གནས་ཤིང་། བསྐྱེད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་དང་བྱི་མའི་མཐའ་གང་ལའང་  
 འཇུག་ལ། སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་ཏིང་ལེ་འཛིན་བརྒྱ་ཐོབ་ཅིང་། དེ་དག་ལ་སྟོམས་པར་  
 འཇུག་པར་ཡང་བྱེད་དོ། །འཛིན་ཏེན་གྱི་ཁམས་བརྒྱ་གཡོ་ཞིང་སྒྲུང་བར་ཡང་བྱེད་ལ།  
 སེམས་ཅན་བརྒྱ་ཕྱག་སྟོན་ཞིང་། ཞིང་བརྒྱ་ཕྱག་དག་ཏུ་འང་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ། །  
 རང་གི་ལུས་བརྒྱ་སྟོན་ཅིང་། ཆོས་བརྒྱའང་སྟོན་ལ། ལུས་རེ་རེ་ཞིང་ཡང་རང་གི་འཁོར་  
 རྒྱལ་སྤྲུལ་བརྒྱ་དང་འབྲེལ་བར་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །སྟོན་ལྟར་རབ་དགའ་ལ་གནས་  
 ཡོན་ཏན་འདི་དག་སྟེ། །དེ་བཞིན་དྲི་མེད་ཐོབ་པར་གྱུར་པའི་ཡོན་ཏན་ཡང་། །དེ་  
 དག་སྟོང་ཉིད་ཐོབ་པར་འགྱུར་དེ། སྟོན་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རབ་ཏུ་དགའ་  
 བ་ལ་གནས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་དག་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་ཐོབ་པ་དེ་དག་དྲི་མ་  
 མེད་པ་ལ་གནས་པས་ནི་སྟོང་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །ཡོན་ཏན་དེ་ལྟ་བུ་དག་ས་གསུམ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་ས་ལྟ་པོ་འདི་དག་ལ་གནས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་འབུམ་ཕྱག་ཐོབ། །  
 བྱེ་བ་བརྒྱ་ཐོབ་བྱེ་བ་སྟོང་ཕྱག་ཐོབ་པར་འགྱུར། །བྱེ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་སྟོང་འགྱུར་ཐོབ་  
 ཅིང་བྱེ་བ་ཕྱག་ །ཕྱག་བྲིག་ཕྱག་བརྒྱར་གྱུར་པ་དེ་ནི་སྟོང་ཕྱག་ཏུ། །ཡོངས་སུ་

བསྐྱར་བ་མཐའ་དག་རབ་ཏུ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །འོད་ཟེང་པ་དང་། །འོད་འཕྲོ་བ་  
 དང་། །སྒྱར་དཀར་དང་། །མཛོན་དུ་གྱུར་པ་དང་། །རིང་དུ་སྔར་བའི་མིང་ཅན་གྱི་ས་  
 ལུ་པོ་འདི་དག་ལ་གནས་པའི་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ།  
 རི་སྐད་བཤད་པའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཚལ་དེ་ལྟ་བུ་འབུམ་ཕྲག་དང་། །ཕྱེ་བ་བརྒྱ་ཕྲག་  
 དང་། །ཕྱེ་བ་སྟོང་ཕྲག་དང་། །ཕྱེ་བ་བརྒྱ་ཕྲག་སྟོང་འགྱུར་དང་། །ཕྱེ་བ་ཕྲག་བྲིག་  
 ཕྲག་བརྒྱར་འསྐྱར་བ་དེ་ཉིད་སྟོང་དུ་ཡོངས་སུ་བསྐྱར་བ་རྣམས་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །  
 ས་བརྒྱད་པ་ཡན་ཆད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ནི་གྲངས་ཀྱིས་བགྲང་བར་མི་རུས་པས།  
 དེའི་ཕྱིར་རྟུལ་ཕྲ་རབ་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བགྲང་བར་བཤད་པ། མི་གཡོའི་སར་གནས་  
 རྣམ་ཏོག་མེད་པ་དེས། །སྟོང་གསུམ་སྟོང་ཕྲག་སྟོང་བསྟོམས་འཛིག་རྟེན་ན། །རྟུལ་  
 ཚད་ཇི་སྟོང་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་དང་། །གྲངས་མཉམ་ཡོན་ཏན་དག་ནི་ཐོབ་པར་འགྱུར། །  
 བྱར་རྩབ་སེམས་དཔའི་ས་མི་གཡོ་བ་ལ་གནས་པའི་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་དེས་སྟོང་  
 གསུམ་སྟོང་ཕྲག་སྟོང་བསྟོམས་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་རྟུལ་གྱི་ཚད་ཇི་སྟོང་ཡོད་པའི་  
 གྲངས་དང་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་རི་སྐད་བཤད་པ་དག་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །ལེགས་  
 པའི་སྒྲོ་གྲོས་ས་ལ་གནས་པ་ཡི། །བྱར་རྩབ་སེམས་དཔས་སྒར་བསྟན་ཡོན་ཏན་  
 དག །གྲངས་མེད་བརྒྱ་ཕྲག་སྟོང་དུ་ཡང་དག་པར། །བསྟོམས་པ་ཕྲག་བཅུ་འེ་རྟུལ་  
 ཚད་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ས་དགུ་པ་ལེགས་པའི་སྒྲོ་གྲོས་ལ་གནས་པའི་བྱར་རྩབ་  
 སེམས་དཔས་སངས་རྒྱས་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་སྒར་བསྟན་པ་དེ་དག་  
 སྟོང་གསུམ་གྲངས་མེད་བརྒྱ་ཕྲག་སྟོང་བསྟོམས་པ་ཕྲག་བཅུ་འེ་རྟུལ་གྱི་ཚད་ཐོབ་

པ་འགྱུར་རོ། །རེ་ཞིག་བཙུ་བ་འདིར་དེའི་ཡོན་ཏན་དག། །རག་གི་སྒྱུད་ཡུལ་ལས་  
 ཆེས་འདས་གྱུར་ཅིང་། །རག་གི་སྒྱུད་ཡུལ་མ་ཡིན་སྟོང་རྣམས་ན། །རྟུལ་དག་རི་  
 སྟེང་ཡོད་པ་དེ་སྟེང་ཐོབ། །རེ་ཞིག་ས་བཙུ་བ་འདིར་ནི་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་དེའི་ཡོན་  
 ཏན་རི་སྐད་བཤད་པ་དག་རག་གི་སྒྱུད་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་ཕྱིར་རག་གི་སྒྱུད་  
 ཡུལ་མ་ཡིན་གྱི། །འོན་ཀྱང་སྟོང་གསུམ་གྱི་ཞིང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཡང་བརྗོད་དུ་  
 མེད་པ་བསྟོམས་པ་རྣམས་རྟུལ་རི་སྟེང་ཡོད་པ་དེ་སྟེང་གྱི་གྲངས་དང་མཉམ་པ་  
 ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །རེ་ཞིག་གི་སྤྲུལ་ནི་ཡོན་ཏན་དེ་ཙམ་ཁོ་ནར་ཟད་པ་མ་ཡིན་  
 གྱི་གཞན་ཡང་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་གོ་རིམ་སྟོན་པའོ། །གཞན་ཡང་། བ་སྐྱའི་ཁུང་  
 བུར་བུར་རྒྱབ་སེམས་རྣམས་དང་། །སྐད་ཅིག་རྗོགས་སངས་རྒྱས་སྐྱ་གྲངས་མེད་  
 དང་། །དེ་བཞིན་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་མི་དག་ཀྱང་། །སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ལ་ནི་སྟོན་  
 པར་རུས། །སེམས་བསྐྱེད་པ་བཙུ་བ་ལ་གནས་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་འདིས་  
 ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་བཞིན་དུ་རང་གི་བ་སྐྱའི་ཁུང་བུ་རེ་རེར་ཡང་རྗོགས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱ་གྲངས་མེད་པ་རེ་རེ་ཞིང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་འཁོར་གཞལ་  
 གྱིས་མི་ལང་པས་བསྐྱོར་བ་དང་། །དེ་བཞིན་ལྷ་དང་མི་ལ་སོགས་པ་འགྲོ་བ་ལྟའི་  
 འཁོར་བ་རྣམས་མ་འདྲེས་པར་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ལ་སྟོན་པར་རུས་གིང་། ཀྱང་  
 ཞེས་པས་དེར་མ་ཟད་བརྒྱ་བྱིན་དང་། ཆོངས་པ་དང་། འཛིག་རྟོན་སྒྱུར་བ་དང་།  
 མིའི་རྒྱལ་པོ་དང་། ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་དང་། །དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པས་འདུལ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བརྒྱ་བྱིན་ལ་སོགས་པའི་གཟུགས་བབུང་



ནས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་ཆོས་སྒྲིན་པར་རྟུག་སོ་ཞེས་པའོ། །

དེ་ལྟར་རྒྱ་ས་བཅུ་ཉེ་རང་བཞིན་ཡོན་ཏན་དང་བཅས་པ་བཤད་ནས།  
 དེའི་འོག་དུ་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་ཡོན་ཏན་དང་བཅས་པར་བསྟོན་པ་  
 བསྒྲུབ་པའི་སྒྲིན་མ་བཤད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་མདོན་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་ཚུལ་དང་།  
 བྱང་ཆུབ་པའི་རོ་བོ་སྐྱེད་དང་ཡོན་ཏན་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལའང་། དངོས་  
 དང་། དེ་ལ་ཚུན་པ་སྦྱོར་བ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལ་གནས་གང་དུ་མདོན་པར་བྱང་  
 ཆུབ་པ་ནི། རི་ལྷར་དྲི་མེད་མཁའ་ལ་སྒྲ་སྒྲར་གསལ་བར་འགྱུར་བ་བཞིན། །སྒྲིན་  
 ཆེ་སྟོབས་བཅུ་སྟེད་པའི་ས་ལ་བྱོད་གྱིས་སྤྲར་ཡང་འབད་གྱུར་ཅིང་། །འོག་མིན་དུ་  
 བྱི་གང་གི་དོན་དུ་འབད་གྱུར་གོ་འཕང་མཆོག་ཞི་བ། །ཡོན་ཏན་ཀྱན་གྱི་མཐར་  
 ཐུག་མཚུངས་པ་མེད་དེ་བྱོད་གྱིས་བརྟེས། །རི་ལྷར་ནམ་མཁའ་དྲི་མ་མེད་པ་ཁོ་ན་  
 ལ་སྒྲ་བའི་སྒྲར་བས་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་གསལ་བར་རྟུག་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྒྲིན་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཐོབ་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་མུན་པ་སྦྱོར་བར་མཛད་པ།  
 ཐུགས་བསྟེད་པ་བཅུ་པ་བརྟེས་པའི་ཆེ་རང་ཉིད་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་  
 མདོན་དུ་བྱ་རྟུག་པར་མཁྱེན་ནས། སྟོབས་བཅུ་བསྟེད་ཅིང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་བཅོམ་ལྷན་བྱོད་གྱིས་སྤྲར་ཡང་འབད་ཅིང་བརྟོན་འགྲུས་  
 ཚུལ་པར་མཛད་པ། གང་གི་དོན་དུ་འབད་པར་གྱུར་པའི་གོ་འཕང་མཆོག་སྒྲིན་པ་  
 མ་ལུས་པ་ཉེ་བར་ཞི་ཞིང་། སྟོབས་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་རྫོགས་གིང་།  
 མཐར་ཐུག་པ་གཞན་དང་མཚུངས་པ་མེད་པ་དེ་འོག་མིན་གྱི་གནས་སུ་བཅོམ་

ལྷན་ཁྱོད་གྱིས་བརྟེན་པར་གྱུར་དོ། །རི་སྐད་དུ། གཙང་མའི་གནས་དག་སྤངས་པ་  
ཡི། །འོག་མིན་གནས་ནི་ཉམས་དགའ་བར། །ཡང་དག་རྫོགས་སངས་དེར་སངས་  
ཀླུ། །སྤྱལ་པ་པོ་ཞིག་འདིར་འཛང་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་རི་  
ལྟར་མཛོན་པར་བྱང་རྩལ་པའི་རྩྱལ་ནི། རི་ལྟར་སྣོད་གྱི་དབྱེ་བས་མཁའ་ལ་དབྱེ་  
བ་མེད་དེ་ལྟར། །དེས་བྱས་དབྱེ་བ་འགའ་ཡང་དེ་ཉིད་ལ་མེད་དེ་ཡི་བྱིར། །རོ་  
གཅིག་ཉིད་དུ་ཡང་དག་བྱགས་སུ་རྩྱུད་པར་མཛད་གྱུར་ནས། །མཁའ་བཟང་ཁྱོད་  
གྱིས་སྐད་ཅིག་གིས་ནི་ཤེས་བྱ་བྱགས་སུ་རྩྱུད། །རི་ལྟར་བུམ་པ་དང་འབར་གཞོང་  
ལ་སོགས་པ་སྣོད་གྱི་དབྱེ་བ་ཐ་དད་པས་དེ་དག་ནང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་དབྱེ་བ་ཐ་  
དད་པ་མེད་པ་དེ་ལྟར། །གཟུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་དེས་པོ་ཐ་དད་པའི་  
དབྱེ་བས་དེ་དག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟེ་བ་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ལ་དབྱེ་བ་འགའ་  
ཡང་མེད་དེ། །ཀུན་གྱུར་སྟེ་མེད་དུ་གཅིག་པའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་མཁའ་བཟང་  
ཁྱོད་གྱི་ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ལ་སྟེ་བ་མེད་པར་རོ་  
མཉམ་ཉིད་དུ་བྱགས་སུ་རྩྱུད་ནས་ཐམས་ཅད་མཁའ་དཔེ་པའི་ཡེ་ཤེས་བརྟེན་སོ། །དེ་  
ལ་དོན་ནི་འདི་ཡིན་དེ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟེ་བ་མེད་པའི་རང་བཞིན་དུ་ཐ་དད་པ་  
མེད་ཅིང་། །གང་གི་ཆོ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟེ་  
བ་མེད་པར་མཛོན་སུམ་དུ་བྱས་པའི་དུས་དེ་ཉིད་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་མཛོན་པར་  
རྫོགས་པར་བྱང་རྩལ་པ་ཞེས་བསྟན་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ཅེས་  
པ་ནི་གང་གི་ཆོ་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་འདུག་པ་ཉི་བར་ནི་བའི་དུས་དེ་

ཅིང་འཛིན་པའོ། །གཉིས་པ་རྩོད་པ་སྤང་པ་ལ་རྩོད་པ་དགོད་པ་ནི། གང་ཆེ་ནི་པ་  
 དེ་ཅིང་ཡིན་ན་དེ་ལ་སྒྲོ་གྲོས་འཇུག་མི་འགྱུར། །སྒྲོ་སྐུ་ཞུགས་པས་ཤེས་བྱའི་ཡུལ་  
 ཕན་ངེས་པར་རིགས་པའང་མ་ཡིན་ལ། །ཀུན་ནས་ཤེས་མེད་པར་ནི་ཤེས་པར་རི་  
 ལྟར་འགྱུར་ཏེ་འགལ་བར་འགྱུར། །མཁུན་པོ་མེད་པར་བྱེད་གྱིས་གཞན་ལ་འདི་  
 ལྟོ་ཞེས་སུ་ཞིག་སྟོན། །གང་གི་ཆེ་སྒྲེ་བ་དང་འགག་པ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ནི་  
 བར་ནི་བ་ཆོས་རྣམས་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཅིང་ཡིན། དེའི་ཆེ་དེ་ལ་རྣམ་པ་བཤམས་ཅད་དུ་སྒྲོ་  
 གྲོས་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཤེས་པ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཕན་དུ་སྒྲེས་པ་ལ་ཡུལ་རྟོགས་  
 པའི་བ་སྒྲོ་བྱེད་པ་ཡིན་ན་དེ་ཁོ་ན་ཅིང་སྒྲོས་པ་བཤམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ལ་སྒྲོ་  
 འཇུག་པ་ན། གང་གི་རྣམ་པ་ཕན་དུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་བྱིར་རྣམ་པ་མེད་  
 པས་སྒྲོ་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །སྒྲོ་སྐུ་ཞུགས་པས་ནི་ཤེས་བྱའི་ཁོ་ན་ཅིང་གྱི་  
 ཡུལ་ཕན་གྱི་ངེས་པ་སྒྲེ་བ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་ནས་ཤེས་པ་མེད་པ་ཅིང་དེ་  
 ཁོ་ན་ཅིང་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའོ་ཞེས་བྱ་བར་རི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་འགལ་བའི་བྱིར་རོ། །  
 གཞན་ཡང་མཛོན་པར་བྱང་རྒྱུ་པའི་གནས་སྐབས་ན་སེམས་དང་སེམས་ལས་  
 བྱང་བའི་འཇུག་པ་ནི་བར་ནི་ཁ་མཁུན་པ་པོ་མེད་པའི་བྱིར་འདི་ལྟ་བུའི་མཚན་ཅིང་  
 ཕན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཅིང་ངས་བྱགས་སུ་རྒྱུད་དོ་ཞེས་གཞན་ལ་སུ་ཞིག་གིས་སྟོན་པར་  
 བྱེད་དེ་མི་རིགས་སོ་ཞེ་ན། འདིའི་ལན་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྒྲེ་མེད་རྟོགས་པ་  
 ལ་མི་འབྱུང་པ་སྤང་བ་ནི། གང་ཆེ་སྒྲེ་མེད་དེ་ཅིང་ཡིན་ཞིང་སྒྲོ་ཡང་སྒྲེ་བ་དང་བྲལ་  
 བ། །དེ་ཆེ་དེ་རྣམས་བརྟན་ལས་དེ་ཡིས་དེ་ཅིང་རྟོགས་པར་བརྟོད་བྱ་སྟེ། །ཇི་



ལྟར་སེམས་ནི་གང་གི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་གྱུར་པ་དེ་ཡིས་ཡུལ། །དེ་ཡོངས་ཤེས་པ་དེ་  
 བཞིན་ཐ་སྙད་ཉི་བར་བརྟེན་ནས་རིག་པ་ཡིན། །དི་ལྟར་སེམས་ནི་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཡུལ་གང་གི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་དེ་ཡིས་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་  
 ཡུལ་དེ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་མདོ་སྡེ་བ་དག་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། གང་གི་ཆོ་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྒྲུབ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་ཞིང་། ཡུལ་ཅན་རྣལ་འབྱོར་པའི་  
 སྒྲོ་ཡང་སྒྲུབ་དང་བྲལ་བའི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པ་དེའི་ཆོ་སྒྲོ་དེ་ཡུལ་སྒྲུབ་མེད་དེའི་  
 རྣམ་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྣལ་འབྱོར་པའི་སྒྲོ་དེ་ཡིས་ཡུལ་སྒྲུབ་མེད་  
 པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དེ་རྟོགས་སོ་ཞེས་ཐ་སྙད་ཀྱན་རྩོབ་ཀྱི་བདེན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 བཏགས་སོ། །ཡང་དག་པར་ན་རྣལ་འབྱོར་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཆོ་འགའ་  
 ཞིག་གིས་འགའ་ཞིག་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་པ་དང་ཤེས་བྱ་གཉིས་ཀ་སྒྲུབ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དེའི་ཆོ་རྟོག་པ་དང་བཅས་པའམ་རྟོག་པ་མེད་ཀྱང་རུང་  
 སྟེ་ཤེས་པ་འགའ་ཞིག་ཡོད་ན་ཤེས་བྱའང་ཡོད་པ་འགྱུར་ཏེ། ཤེས་བྱ་མེད་པའི་  
 ཤེས་པ་འགའ་ཡང་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཤེས་བྱ་དང་ཤེས་པའི་སྒྲོས་  
 པ་ཉི་བར་མ་ཞི་བའི་ཕྱིར་རོ། །བྱིས་པའི་གནས་སྐབས་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
 ལྷོག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ནའང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ཇི་ལྟ་བ་དང་ཇི་སྟེད་  
 པ་མཆེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐ་སྙད་དུ་མི་མངའ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱལ་པ་མང་པོ་ཡེ་ཤེས་  
 ཀྱི་ཆོགས་སྤངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོབས་དང་མི་འཛིགས་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་  
 ཏན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྟོབས་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ཀྱང་

སྒྲིན་བརྟགས་པ་ཙམ་ཡིན་ཏེ། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྲུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྒྲིན་མ་ལ་སོགས་  
 པ་བཞིན། གང་ཞིག་བརྟགས་པ་ཙམ་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྟེན་པ་མེད་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 རི་མོ་དང་ཐག་པ་ལ་གཞོན་སྒྲིན་དང་སྒྲུལ་དུ་བརྟགས་པ་དེ་དང་དེར་རྟེན་པ་མེད་  
 པ་ན་མི་འབྲུང་བ་བཞིན། གང་གི་ཆེ་རྣལ་འབྱོར་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་དེའི་ཆེ་རྣམ་པར་རྟེན་པ་ཐམས་ཅད་  
 ལྷོག་པའི་ཕྱིར། སྒྲིབས་སོགས་ཡོན་ཏན་གྱི་རྣམ་པར་རྟེན་པ་དག་ཀྱང་ལྷོག་པ་  
 ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡོན་ཏན་འདི་དག་བརྟགས་པ་ཙམ་ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲིབས་  
 སོགས་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པའི་རྣམ་པར་རྟེན་པ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་སྦྱེ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་  
 འདི་དག་རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལ་མ་ལྷོས་པར་རང་དགར་རྟེན་པས་བརྟགས་པ་ཙམ་དུ་  
 སྒྲིས་ན་བདེན་པ་ཞིག་ན། འདི་དག་ནི་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཆོགས་ཡུན་རིང་དུ་གོམས་པར་  
 བྱས་པའི་རྒྱ་དང་རྒྱེན་ཁྱད་པར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲུང་བར་བརྟགས་པའི་ཕྱིར་  
 ཉེས་པ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལས་བྱུང་བ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར་བརྟགས་པ་ཙམ་དུ་མི་རིགས་སོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་མཆོན་ཉིད་  
 ཀྱིས་གྲུབ་ན་རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལ་ལྷོས་པར་མི་རུང་སྟེ། རང་གི་ངོ་བོ་གཞན་ལ་རག་ལས་  
 པར་གྲུབ་ཟིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་། རང་བཞིན་དག་ནི་བཅོས་  
 མིན་དང་། །གཞན་ལ་ལྷོས་པ་མེད་པ་ཡིན། །ཅེས་གསུངས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་གང་  
 དག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་རང་རྒྱད་གྱི་ཡེ་ཤེས་རང་མཆོན་ཡོད་པར་སྒྲིབ་དང་།  
 གཞན་དག་གཉིད་དང་བརྒྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྒྲིབས་བཞིན་དུ་ཡེ་ཤེས་

གཏན་མེད་པར་སྒྲུབ་གཉིས་ཀྱི་འདོགས་པ་དང་། སྒྲུབ་བ་འདེབས་པའི་  
 མཐར་ལྗུང་པའི་ཕྱིར་དེ་གཞིན་གཤེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། ཁོ་བོ་ཅག་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་མངའ་བའི་ཡོན་ཏན་མདོ་སྡེ་དག་  
 ལས་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བ་དང་། རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་དུ་ཁས་ལེན་པ་ན།  
 སྒྲོ་འདོགས་པ་དང་། སྒྲུབ་བ་འདེབས་པའི་མཐའ་གང་དུ་འང་ལྗུང་བ་མེད་དེ། རྟོན་  
 ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་དུ་སྒྲུབ་པ་ལ་ནི་ཐ་སྟད་དུ་འང་གཞན་གྱི་ཀྱན་ཀའི་སྐབས་འདྲུག་  
 པའི་མཐར་ལྗུང་གི་དམ་བཅའ་གང་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་སྒྲུབ་བཤད་ཟིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེའི་ཕྱིར་བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་། དྲག་དང་མི་དྲག་ལ་སོགས་བཞི། ཁྱི་  
 བ་འདི་ལ་ག་ལ་ཡོད། །མཐའ་དང་མཐའ་མེད་ལ་སོགས་བཞི། ཁྱི་བ་འདི་ལ་ག་  
 ལ་ཡོད། །ཅེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། ཁོ་བོ་ཅག་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
 ཡོན་ཏན་འབའ་ཞིག་ཚུལ་དེ་ལྟར་དུ་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། ཀྱན་ནས་  
 རྟོང་མོངས་དང་རྣམ་བྱུང་གིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་ཇི་སྟེད་པ་ཐམས་ཅད་ཐ་སྟད་  
 དུ་འང་མཐའ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བའི་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་རྒྱུན་འདི་  
 པ་ཅུམ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་མོད་གྱི། འོན་ཀྱང་ཚུལ་འདི་ནི་འཕགས་  
 པའི་ཡུལ་གྱི་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་དག་གིས་ཀྱང་བྱུགས་སུ་མ་རྒྱུད་ན་གངས་ཅན་གྱི་སྒྲེ་  
 བོ་དམུས་ལོང་ལྟ་བུ་འདི་དག་གི་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་འབྱུང་རེ་སྐྱོན།

གཉིས་པ་འཇིག་རྟོན་ལ་དེ་ཉིད་སྟོན་པ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ནི། རྣལ་  
 འབྱོར་པས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ་མདོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་ན་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་



འདྲུག་པ་ཉི་པར་ཞི་བ་བདེན་མོད་ཀྱི་དེ་ལྟ་ན་འདྲ་འཛིག་རྟེན་ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྒྲིམ་  
 པ་མི་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། དེ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་རྫོགས་སྐྱེ་བམོད་ནམས་  
 གྱིས། །ཟིན་དང་སྐྱེལ་པ་མཁའ་གཞན་ལས་དེའི་མཐུས། །སྐྱེ་གང་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་  
 སྒྲིམ་འབྱུང་བ། །དེ་ལས་འཛིག་རྟེན་གྱིས་ཀྱང་དེ་ཉིད་རིག་ །དེ་བཞིན་གསཤེགས་པ་  
 རྣམས་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་གང་ལ་བཞུགས་ནས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མངོན་སུམ་དུ་མཛད་པའི་  
 སྐྱེ་བམོད་ནམས་བརྒྱས་ཟིན་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཡོངས་  
 སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱར་འབྱུང་པའི་ཕྱིར་ཡོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྐྱེ་ཞེས་བྱ་ལ། བམོད་ནམས་  
 བརྒྱས་བསྐྱེན་པའི་སྐྱེ་དེ་ལྟ་བུ་ལས། འཇམ་དཔལ་སྐྱེ་བ་མེད་ཅིང་འགག་བ་མེད་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་དེ་བཞིན་གསཤེགས་པའི་ཆོག་སྒྲ་དྲགས་སོ་ཞེས་སོགས་དེ་  
 བཞིན་གསཤེགས་པའི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཀྱིས་སྐྱེ་གང་ཞིག་འབྱུང་བ་དེ་ལས་རྣམ་  
 པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་སྒྲིམ་པའི་སྤྱོད་དུ་གྱུར་པའི་གདུལ་བྱས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་  
 ཡོག་པར་ངེས་པར་འབྱུང་རོ། །བམོད་ནམས་བརྒྱས་བསྐྱེན་པའི་སྐྱེ་ལས་འབྱུང་བ་  
 ལྟ་ཞོག དེ་ཡིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་སྐྱེལ་པའི་སྐྱེ་དག་ལས་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་  
 གསལ་པར་བྱེད་པའི་སྐྱེ་གང་ཞིག་འབྱུང་བ་དེ་ལས་ཀྱང་འཛིག་རྟེན་གྱིས་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་རིག་པར་འབྱུང་རོ། །སྐྱེལ་པ་ལས་འབྱུང་བ་འབའ་ཞིག་དུ་མ་ཟད་ཀྱི་དེ་བཞིན་  
 གསཤེགས་པའི་མཐུས་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་འདྲུག་པ་མེད་དུ་ཟིན་ཀྱང་།  
 གཞན་ནམ་མཁའ་དང་གིང་དང་རྩིག་པ་དང་བྲག་ལ་སོགས་པ་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་གང་  
 ཞིག་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་གསལ་པར་བྱེད་པ་འབྱུང་བ་དེ་ལས་ཀྱང་འཛིག་རྟེན་གྱིས་དེ་

ཉིད་རིག་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སེམས་དང་སེམས་ལས་འབྱུང་བ་མེད་པ་དག་ལ་ནི་  
 སྒོའི་གཡོ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ལུས་དག་གི་བྱ་བ་མི་འཇུག་ན་ཆོས་སྟོན་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་བྱ་བ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཉིད་དུ་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། དེ་བཞུན་པའི་ཕྱིར་ཕྱི་རོལ་  
 གྱི་དཔེ་བཀོད་པ། ཇི་ལྟར་རྩ་མཁན་སྟོབས་དང་ལྟན་པ་ཡིས། །ཡུན་རིང་འབད་  
 པས་ཆེས་བསྐྱར་ལའོར་ལོ་ནི། །དེ་རྩྱལ་ད་ལྟར་སྒྲེས་པ་མེད་བཞིན་དུའང་། །འཁོར་  
 ཞིང་བུམ་པ་ལ་སོགས་རྒྱར་མཐོང་ལྟར། །དེ་བཞིན་ད་ལྟ་སྒྲེས་རྩྱལ་མེད་བཞིན་དུ། །  
 ཆོས་ཀྱི་བདག་ཅན་སྐྱེ་ཉིད་ལ་བཞུགས་དེའི། །འཇུག་པ་གདུལ་བྱའི་དགོང་དང་སྟོན་  
 ལམ་གྱི། བྱད་པར་གྱིས་འཕངས་ལས་ཆོས་བསམ་མི་བྱེད། །ཇི་ལྟར་རྩ་མཁན་  
 གྱིས་ཡུན་རིང་དུ་འབད་བ་ཆེན་པོས་བསྐྱར་བའི་འཁོར་ལོ་ནི་སྟོན་བཟོ་བོ་མཁས་  
 པས་ལེགས་པར་བཟོ་བྱས་པ་དང་འབད་བ་ཆེན་པོས་བསྐྱར་བའི་བྱགས་ཀྱིས་དེ་  
 བསྐྱར་བའི་རྩྱལ་བ་ད་ལྟར་མེད་བཞིན་དུའང་རང་གི་ངང་གིས་འཁོར་ཞིང་བུམ་པ་  
 ལ་སོགས་པ་སྟོན་གྱི་བྱེ་བྱག་དུ་མའི་རྒྱར་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་བཙུམ་  
 ལྟན་འདས་རྣམས་ཀྱང་ད་ལྟར་སྒྲེས་པའི་སྒོ་གསུམ་གྱི་རྩྱལ་བ་མེད་བཞིན་དུ་ཆོས་  
 ཀྱི་སྐྱའི་བདག་ཉིད་ལ་བཞུགས་ནས་གདུལ་བྱའི་སྐལ་བ་དང་འཆོམ་པའི་ཕྱིན་  
 ལས་རང་གི་ངང་གིས་འཇུག་པ་ནི། གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ལ་ཆོས་ཉན་  
 པར་འགྱུར་བའི་དགོང་བ་སྟོན་པར་བྱས་པའི་བྱད་པར་དང་། སྟོན་བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
 དཔའི་སྟོན་པ་སྟུང་པའི་གནས་སྐབས་ན། ཇི་ལྟར་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྟན་འདས་  
 འདི་དག་ད་ལྟ་རྣམ་ཉོག་མི་མངའ་བཞིན་དུ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་དང་དཔག་

བསམ་གྱི་ཤིང་ལྟར་ཇི་ལྟར་འཆོམ་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སྒྲུབ་ཅིང་། ཆོས་གྱི་  
དབྱིངས་ལས་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་བསྒྲོད་ལ། སེམས་ཅན་འདུལ་བའི་དུས་ལས་ཀྱང་  
མི་འདའ་བ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་ཀྱང་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྒྲིན་ལམ་བཏབ་པའི་སྒྲིན་  
ལམ་གྱི་བྱད་པར་གྱིས་འཕངས་པ་ལས་དེ་འདྲ་བ་དག་མཛོན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་  
སངས་རྒྱས་ལས་གཞན་གྱིས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བོ། །

གཉིས་པ་བྱང་ཆུབ་པའི་ངོ་བོའི་སྒྲུ་དང་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱད་པར་བཤད་པ་ལ།  
རང་དོན་ཆོས་གྱི་སྒྲུ་བཤད་པ་དང་། གཞན་དོན་གཟུགས་གྱི་སྒྲུ་བཤད་པ་གཉིས་  
ལས། དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། ཤེས་བྱའི་བྱད་ཤིང་སྐམ་པོ་མ་ལུས་པ། །  
བསྐྱེད་པས་ཞི་དེ་རྒྱལ་རྣམས་ཆོས་སྒྲུ་སྟེ། །དེ་ཆོས་སྒྲུ་བ་མེད་ཅིང་འགག་པའང་  
མེད། །སེམས་འགགས་པས་དེ་སྒྲུ་ཡིས་མཛོན་སུམ་མཛོད། །གཟུགས་ནས་རྣམ་  
མཁྱེན་གྱི་བར་གྱི་ཤེས་བྱ་རྣམས་ཡེ་ཤེས་གྱི་མེས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
བྱད་ཤིང་སྐམ་པོ་དང་འདྲ་ལ། དེའི་ཕྱིར་རྟོ་རྟེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་ངེ་འཛོན་གྱི་གནས་སྐབས་  
སྒྲུ་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་མེས་ཤེས་བྱའི་བྱད་ཤིང་མ་ལུས་  
པ་བསྐྱེད་པས་ཤེས་བྱ་དང་ཤེས་པའི་སྒྲིས་པ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བའི་བདག་  
ཉིད་ཅན་ནི་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཆོགས་ལས་འབྱུངས་པའི་རྒྱལ་བ་རྣམས་གྱི་ཆོས་གྱི་སྒྲུ་  
ཞེས་ཐ་སྐད་དུ་བྱ་ལ། གང་གི་ཆོ་རྒྱལ་འབྱུར་པས་དེ་ལྟ་བུའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་  
ཆོས་གྱི་སྒྲུ་མཛོན་དུ་བྱས་པ་དེའི་ཆོ། དབང་པོ་གསར་དུ་འགྲུབ་པའི་མཆོན་ཉིད་  
ཅན་གྱི་སྒྲུ་བ་མེད་ཅིང་། དབང་པོ་རྣམས་འཛིག་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་འགག་



པའང་མེད་དེ། དེའི་ཆོ་རྒྱམ་པར་ཆད་པའི་འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་ལས་གྲོ་ལ་ཞིང་།  
 བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་པར་བསྐྱར་བའི་འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་ལས་ཀྱང་འདས་པའི་  
 བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་མདོ་ལས་ཀྱང་། འཇམ་དཔལ་སྐྱེ་བ་མེད་ཅིང་འགག་པ་མེད་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཆོག་སྒྲ་དྲགས་སོ། །ཞེས་གང་གསུངས་  
 པ་ཡིན་ཅོ། །དེའི་ཆོ་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་འདུག་པ་མ་ལུས་འགགས་  
 བས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་སྐྱ་དེ་ནི་ཡོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྐྱ་ཁོ་ནས་མདོན་སུམ་དུ་མཛང་  
 པར་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་རྒྱམ་པར་བཞག་གོ། །སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་འགགས་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདྲ་། གནས་སྐབས་འདིར་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་འཛིན་པ་  
 མཐའ་དག་དང་བྲལ་བ་ཅུ་ལ་བཏགས་པར་བྱ་། རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་  
 འགག་པ་ནི་མེད་དེ། དེ་དག་ལ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པར་སྤར་བསྐྱར་  
 པའི་བྱིར་དང་། འགག་པའང་སྐྱེ་བ་སྤོང་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །གཉིས་  
 པ་གཞན་དོན་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ཡོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྐྱའི་  
 དབང་དུ་བྱས་ནས་བཤད་པ། ཞི་སྐྱ་དཔག་བསམ་གྱིང་ལྟར་གསལ་གྱུར་ཅིང་། །  
 ཡིད་བཞིན་ཅོར་བུ་ཇི་བཞིན་རྒྱམ་མི་རྟོག །འགྲོ་གྲོལ་བར་དུ་འཛིག་རྟོན་འབྱོར་  
 སྤང་རྟོག །འདི་ནི་སྤྱོས་དང་བྲལ་ལ་སྤྱང་བར་འགྱུར། །སྐྱ་གང་གིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 མདོན་སུམ་དུ་མཛང་པར་བཤད་པའི་ཡོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྐྱ་དེ་ནི་ནི་བའི་རང་  
 བཞིན་ཅན་ཡིན་ཏེ། སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་འདུག་པ་དང་བྲལ་བའི་  
 བྱིར་རོ། །འདི་ནི་ནི་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པས་རྒྱམ་པར་རྟོག་པ་མི་མངའ་བ་

ཡིན་ཀྱང་། དཔག་བསམ་གི་ཤིང་དང་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་བཞིན་དུ་གདུལ་བའི་  
 མདོན་པར་འདོད་པའི་དོན་སྒྲུབ་པའི་རྒྱ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །བསོད་ནམས་བརྒྱའི་  
 མཚན་གྱིས་བརྒྱན་པའི་སྒྱུ་འདི་ནི་ཇི་སྤྱད་འགྲོ་བ་ལ་ལུས་པ་སྤྱད་པ་ལས་གྲོལ་གྱི་  
 བར་དུ་འཛིག་ཏེན་རྣམས་ཀྱི་མདོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ཀྱི་འབྲོར་པ་ཐོབ་པའི་  
 སྤྱད་དུ་ཏྲག་པར་གནས་ཤིང་། འདི་ནི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་བ་  
 བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་ལས་ཤེས་རབ་དྲི་མ་མེད་པའི་མེ་ལོང་ཐོབ་  
 པ་དག་ཁོ་ན་ལ་སྒྲུབ་བར་འགྱུར་གྱི། ས་བདུན་པ་མན་ཆད་སྒྲོས་པ་དང་བཅས་པ་  
 རྣམས་ལ་ས་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རྒྱུ་མཐུན་པའི་སྒྱུ་བཤད་པ་ལ། སྒྱུ་ལུན་སུམ་  
 ཚོགས་པ་དང་། བཞེད་པ་ལ་སངས་བསྐྱུར་བ་ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་། ཡོན་ཏན་  
 ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཚོས་ཀྱི་སྒྱུ་འཇལ། གཟུགས་ཀྱི་སྒྱུ་འི་  
 རྒྱུ་ལས་བྱུང་ཡང་རུང་སྟེ། ཇི་སྤྱད་བཤད་པའི་སྒྱུ་ལས་གཞན་ལ་རྒྱུ་མཐུན་པའི་སྒྱུ་  
 གང་དག་སེམས་ཅན་གདུལ་བའི་དོན་དུ་བསྟན་པ་དེ་དག་ལ་འདྲ་མཐུ་བསམ་གྱིས་  
 མི་ཁྱབ་པ་སངས་བར་བསྟན་པའི་བྱིར་བཤད་པ། ལུབ་དབང་དུས་གཅིག་ཁོ་ནར་  
 དེའི་རྒྱུ་མཐུན། །གཟུགས་སྒྱུ་གཅིག་ལ་རང་གི་སྒྲི་གནས་སྐབས། །སྒྲུར་འགགས་  
 གསལ་དང་ས་འཚོལ་བྱུང་རྒྱལ་ནི། །ས་ལུས་གྱིས་བཀྲ་མཐའ་དག་སྟོན་པར་མཛད། །  
 ལུབ་པའི་དབང་པོས་དུས་གཅིག་ཁོ་ནར་རང་གི་རྒྱུ་མཐུན་པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྒྱུ་  
 གཅིག་ལ་བསམས་ཅད་སྤྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྒྱུ་རོལ་ལའོར་བ་  
 ཐོག་ས་མེད་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲི་བའི་གནས་སྐབས་འགགས་ཐེན་པ་བྱུང་མཐའ་

མ་ལུས་པ་གསལ་བ་དང་། མ་འཆོལ་བར་དེ་པན་ཚུན་མ་འདྲེས་པ་བྱུང་ཚུལ་མ་  
 ལུས་པས་བཟླ་བར་བྱུང་བ་མཐའ་དག་མེ་ལོང་ཡོངས་སུ་དག་པ་ལ་བཞིན་གྱི་  
 གཟུགས་བརྒྱན་ལྟར་ལྟན་གྱིས་བྱུང་བར་སྟོན་པར་མཛད་དོ། །དེར་མ་ཟད་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་སྟུང་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྟོན་པའི་བྱང་ཚུལ་དག་གྱང་  
 སྐྱ་གཅིག་ལ་སྟོན་པར་ནུས་པར་བརྗོད་པའི་བྱིར་བཤད་པ། སངས་རྒྱས་ཞིང་ནི་ཅི་  
 འདྲར་སངས་རྒྱས་དང་། །དེ་དག་སྐྱ་སྟོན་མཐུ་སྟོབས་ཅི་འདྲ་དང་། །ཉན་ཐོས་  
 དག་འདུན་ཇི་སྟེད་ཅི་འདྲ་དང་། །བྱང་རྒྱུ་སེམས་རྣམས་དེར་གཟུགས་ཅི་འདྲ་  
 དང་། །ཅི་འདྲའི་ཆོས་དང་དེར་བདག་ཅི་འདྲ་དང་། །ཆོས་ཐོས་སྟོན་པ་གང་ལ་  
 སྟོན་པ་དང་། །སྟོན་གང་ཇི་ཙམ་དེ་དག་ལ་ཡུལ་བ། །དེ་དག་མ་ལུས་སྐྱ་གཅིག་ལ་  
 སྟོན་མཛད། །སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་སྟོན་སྟོན་པའི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་  
 པ་སྟོན་པ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་བེཊུཅུ་དང་པད་མ་རྣམས་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་  
 ཅན་རིན་པོ་ཆེའི་སྟོང་གིང་ལ་སོགས་པས་མཛེས་པར་བྱས་པ། རྒྱ་དང་ཞིང་དང་  
 ཀྱན་ནས་རྒྱུམ་པ་དང་བཅས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་བྱང་པར་གྱིས་  
 མཛེས་པར་བྱས་པ་ཅི་འདྲ་བར། སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྟན་འདས་དེ་སྐྱ་བལྟམས་པ་  
 ལ་སོགས་པ་དང་། །དེ་དག་གི་སྐྱ་དང་སྟོན་པ་དག་གི་མཐུ་ཡུལ་དུ་བྱུང་བ་ཅི་འདྲ་  
 བ་དང་། །དེ་དག་གི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དག་འདུན་འདུས་པ་གྲངས་ཇི་སྟེད་པ་དང་ཚུལ་  
 ཅི་འདྲ་བ་དང་། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་རྣམས་མཆོན་དང་  
 དཔེ་བྱད་གྱིས་ལུས་སྒྲིམ་པ་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་དང་ལྟན་པའི་ཆོས་གོས་དང་



ཟས་དང་གནས་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་ནི་བར་ཡོངས་སྒྲིད་པའི་གཟུགས་ཀྱི་བྱང་  
 བར་ཅི་འདྲ་བ་དང་། དེར་ཐེག་པ་གཅིག་དང་གསུམ་ལ་བརྟེན་པའི་ཆོས་ཅི་འདྲ་བ་  
 དང་། བདག་ནི་ད་བུམ་ཟེ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་ཀྱི་བྱང་པར་དང་། གཟུགས་དང་  
 སྒྲི་དང་ཁྱིམ་པའམ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཅི་འདྲ་བར་གྱུར་པ་དང་། ཆོས་ཐོས་ནས་ལྷག་  
 མ་དང་བཅས་པའམ། ལྷག་མ་མེད་པའི་བསྐྱབ་པ་ཁས་སྦྱངས་ཏེ་སྒྲིད་པ་གར་སྒྱུར་  
 པ་དང་། སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལུ་ན་འདས་ནས་ཐོས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགེ་  
 འདུན་དང་བཅས་པ་དག་ལ་བཟའ་བ་དང་། ཆོས་ཐོས་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ལ་  
 སོགས་པ་སྒྲིན་པ་གར་དུ་དུས་ཇི་ཙམ་དང་། ཚད་ཇི་ཙམ་དུ་ཡུལ་བ་རྣམས་མ་ལུས་  
 པ་སྐྱ་གཅིག་ལ་སྒྲིན་པར་མཛད་དོ། །སྒྲིན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་སྒྲིན་པ་ལ་སྒྲིད་པའི་བྱང་  
 མཐའ་ཇི་ལྟར་སྒྲིན་པ། དེ་བཞིན་ཆུ་ལ་བྱིམས་བཟོད་བརྩོན་ཏིང་འཛིན་དང་། །  
 ཤེས་རབ་སྒྲིད་ཆེ་སྒར་གྱི་གནས་སྐབས་གར་། །མ་ཚད་མེད་དག་སྐྱ་གཅིག་ལ་སྒྲིན་  
 མཛད། །ཅེས་སྒྱུར་རོ། །སྐྱ་གཅིག་ལ་ཅིག་ཅར་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་སྒྲིན་པ་  
 ལྷ་ཞེས་ འོན་ཀྱང་ནི་ད་ཀྱི་སྒྲིད་པ་ཀུན། །སྐྱ་ཡི་བ་སྐྱའི་བྱང་བྱར་གསལ་བར་སྒྲིན། །  
 བདག་ནི་ད་ཀྱི་སྒྲིད་པ་འབའ་ཞིག་སྒྲིན་པར་མ་ཟད་གྱི། གཞན་ཡང་། སངས་རྒྱས་  
 གར་དག་འདས་དང་བྱང་གྱུར་དང་། །གར་དག་ད་ལྟར་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀུན་ན། །  
 ཆོག་གསར་མཐོན་པོས་ཆོས་སྒྲིན་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱིས། །གཟིར་བའི་འགྲོ་དབུགས་  
 འབྱེན་མཛད་བཞུགས་པ་དང་། །དང་པོ་བྱུགས་བསྒྲིད་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོའི་བར། །  
 དེ་དག་སྒྲིད་ཀུན་དངོས་རྣམས་མིག་འཕྲུལ་གྱིས། །རང་བཞིན་མཁྱེན་ནས་བདག་

བཞིན་བ་སྤྱི་ཡི། །ཁུང་བུར་དུས་གཅིག་ལ་ཅི་གསལ་བར་སྟོན། །དུས་གསུམ་གྱི་  
 སངས་རྒྱ་ས་རྣམས་ཀྱི་ཆོག་གསང་མཐོན་པོས་ཆོས་སྟོན་པའི་སྟོན་ས་སྤྱི་བ་སྤྱི་ལ་  
 གྱིས་གཞིར་བའི་འགྲོ་བ་རྣམས་དབུགས་འབྱེན་པར་མཛད་པ་དང་། དེ་དག་དང་  
 བོ་བུགས་བསྐྱེད་ནས་བྱང་ཆུབ་སྒྲིབ་པོར་གསལ་གསུམ་གྱི་བར་གྱི་སྟོན་པ་ཀུན་མིག་  
 འབྱུལ་གྱི་ཆུ་ལ་དུ་བདག་ཅིད་གྱི་སྟོན་གྱི་གནས་སྐབས་རྣམས་བཞིན་དུ་བ་སྤྱི་འི་  
 ཁུང་བུར་དུས་གཅིག་ལ་གསལ་བར་སྟོན་པར་མཛད་དོ། །འི་ལྷ་ར་ཅིད་གྱི་སྟོན་པ་  
 དག་དེ་བཞིན་གསལ་གསུམ་པ་གཞན་གྱི་སྟོན་པ་དང་དུས་གཅིག་དུ་རང་ཅིད་གྱི་བ་  
 སྤྱི་འི་ཁུང་བུར་སྟོན་པར་མཛད་པ། དེ་བཞིན་དུས་གསུམ་འཕགས་པ་རྒྱལ་སྤྱི་  
 དང་། །རང་སངས་རྒྱས་དང་ཉན་ཐོས་མ་ལུས་གྱི། །སྟོན་དང་དེ་དག་སྟེ་བོའི་  
 གནས་སྐབས་ནི། །ཐམས་ཅད་བ་སྤྱི་འི་ཁུང་བུར་དུས་གཅིག་སྟོན། །དུས་གསུམ་  
 གྱི་འཕགས་པ་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་སོགས་པ་མ་ལུས་པའི་སྟོན་པ་དང་། དེ་དག་སོ་སོ་སྟེ་  
 བོའི་གནས་སྐབས་གྱི་སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་བ་སྤྱི་འི་ཁུང་བུ་གཅིག་ལ་དུས་གཅིག་གི་  
 ཆོ་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ་བཞེད་པ་ལ་མངའ་བསྐྱར་བ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་  
 བསྟན་པ་ནི། དག་པ་འདི་ནི་བཞེད་པར་འདུག་པ་ཡིས། །རྟུལ་གཅིག་ཡུལ་ལ་  
 མཁས་གཏུགས་འཛིག་ཏེན་དང་། །འཛིག་ཏེན་མཐའ་ཡས་ཕྱོགས་ཁུབ་རྟུལ་སྟོན་  
 མོད། །རྟུལ་རགས་མི་འགྱུར་འཛིག་ཏེན་ཕྱ་མི་འགྱུར། །མཐེན་པ་ལ་སོགས་པ་  
 ཡོངས་སུ་དག་པའི་དེ་བཞིན་གསལ་གསུམ་པ་འདི་ནི་བཞེད་པ་ཅུ་གྱིས་རྟུལ་ཕྱ་རབ་  
 གཅིག་གི་ཡུལ་ལ་ནམ་མཁའི་མཐའ་གཏུགས་པའི་འཛིག་ཏེན་མ་ལུས་པའི་རང་

གི་རོ་བོ་ཇི་ལྟར་གནས་པ་ལྟར་སྒྲིན་ཅིང་། འཛིག་ཏེན་མཐའ་ཡས་པའི་སྒྲིགས་རྩལ་ཕྱ་  
 རབ་གཅིག་གིས་ཁྱབ་པར་ཡང་སྒྲིན་མོང་། རྩལ་རགས་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ཞིང་  
 འཛིག་ཏེན་ཕྱ་བར་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྒྱལ་ཏེག་མི་མངའ་ཁྱོད་གྱིས་  
 སྤྱིང་མཐའི་བར། །སྐད་ཅིག་རེ་ལ་སྒྲིན་མཛད་སྒྲིད་པ་ཡི། །རྒྱལ་བར་སྒྲ་ཆོགས་དེ་  
 སྒྲིད་འཛམ་གྱིང་གི། །མ་ལུས་རྩལ་གྱི་གྲངས་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། །རྒྱལ་ཏེག་མི་མངའ་  
 བར་བཅོས་ལྷན་འདས་ཁྱོད་སྤྱིང་པའི་མཐར་ཐུག་གི་བར་དུ་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་  
 སྒྲིད་པ་རྒྱལ་བ་སྒྲ་ཆོགས་པ་སྒྲིན་པར་མཛད་པའི་གྲངས་ནི་སྒྲིད་པ་འཛམ་གྱིང་མ་  
 ལུས་པའི་རྩལ་ཕྱ་རབ་གྱི་གྲངས་ལ་འདྲ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་ཐུན་  
 མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་མངའ་བའི་སྒྲིན་ས་བཅོས་ལྷན་འདས་  
 ལ་བསྒྲིད་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ཡོན་ཏན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་སྒྲིན་ས་བསྒྲིད་པ་ལ། ཡོན་ཏན་གྱི་  
 གཙོ་བོ་སྒྲིབས་བཅུ་བཤད་པ་དང་། བལ་པའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་ལས་འདས་པར་  
 བསྒྲིན་པའོ། །དང་པོར་གཉིས་ལས། མདོར་བསྒྲིན་པ་ནི། གནས་དང་གནས་མིན་  
 མཆེན་སྒྲིབས་དང་། །དེ་བཞིན་ལས་རྒྱལ་སྒྲིན་མཆེན་དང་། །མོས་པ་སྒྲ་ཆོགས་  
 ཐུགས་ཚུད་དང་། །སྒྲ་ཆོགས་ཁམས་ནི་མཆེན་སྒྲིབས་དང་། །དབང་པོ་མཆོག་  
 དང་མཆོག་མ་ཡིན། །མཆེན་དང་ཀུན་འགྲོ་མཆེན་པ་དང་། །བསམ་གཏན་རྒྱལ་  
 བར་དིང་འཛིན་དང་། །སྒྲིམས་པར་འདུག་སོགས་མཆེན་སྒྲིབས་དང་། །སྒྲིན་  
 གནས་དྲན་དང་མཆེན་པ་དང་། །དེ་བཞིན་འཆི་འཕོ་སྒྲིམ་མཆེན་དང་། །ཟག་པ་



རྣམས་ཟད་མཆེན་སྟོབས་ཏེ། །སྟོབས་ནི་བཙུ་པོ་འདི་དག་གོ། །གཉིས་པ་རྒྱས་པར་  
བཤད་པ་ལ་བཙུ་ལས། དང་པོ་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་མཆེན་པའི་སྟོབས་ནི།  
རྒྱ་གར་ཞིག་ལས་གར་ཞིག་ངེས་པ་སྟེས་འབྱུང་བ། །དེ་ནི་དེ་ཡི་གནས་སུ་དེ་མཆེན་  
རྣམས་ཀྱིས་གསུངས། །བཤད་པ་ལས་བརྒྱུག་གནས་མིན་གཤམ་བྱ་མཐའ་ཡས་པ། །  
མཆེན་པ་ཐོགས་པ་མེད་པ་དེ་ནི་སྟོབས་སུ་བཤད། །དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་རྒྱ་  
གར་ཞིག་ལས་འདོད་པ་དང་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་གར་ཞིག་འབྱུང་བ་དེ་ནི་  
གནས་ཡིན་ལ། རི་སྐད་བཤད་པ་ལས་བརྒྱུག་སྟེ་དགེ་བ་ལས་མི་འདོད་པ་དང་།  
མི་དགེ་བ་ལས་འདོད་པ་འབྱུང་བ་སོགས་ནི་གནས་མ་ཡིན་པས་དེ་ལྟ་བུའི་གཤམ་  
བྱ་མཐའ་ཡས་པ་རྣམས་ལ་མཆེན་པ་ཐོགས་པ་མེད་པར་འཇུག་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
དང་གཤམ་རབ་ནི་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་མཆེན་པའི་སྟོབས་ཞེས་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྟོན་མཆེན་པའི་སྟོབས་ནི། འདོད་དང་མི་འདོད་  
དེ་ལས་བརྒྱུག་དང་ཟད་དངོས་དང་། །ལས་དང་དེ་ཡི་རྣམ་སྟོན་གཤམ་བྱ་སྟེ་ཆོགས་  
ལའང་། །མཆེན་པ་རྣམས་མཐུ་ཐོགས་མེད་སོ་སོར་འཇུག་གྱུར་པ། །དུས་གསུམ་  
གཤམ་བྱ་ཁྱབ་མཛད་དེ་ནི་སྟོབས་སུ་འདོད། །ལས་གར་ད་ལྟར་འདོད་ཅིང་ཡིད་དུ་  
འོང་ལ་མ་འོངས་པ་ན་རྣམ་སྟོན་མི་འདོད་པ་འབྱིན་པ་དང་། དེ་ལས་བརྒྱུག་པ་ད་  
ལྟ་ཡིད་དུ་མི་འོང་ཞིང་། མ་འོངས་པ་ན་རྣམ་སྟོན་ཡིད་དུ་འོང་བ་འབྱིན་པ་དང་།  
ཟག་བཅས་ཀྱི་ལས་ཟད་བྱེད་ཟག་མེད་ཀྱི་ལས་དང་། དེ་དག་གི་རྣམ་པར་སྟོན་པ་  
གཤམ་བྱ་སྟེ་ཆོགས་པ་དུས་གསུམ་གྱིས་བསྟུས་པ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མ་ལུས་པ་

ཁྱབ་པ་རྣམས་ཀྱི་རོ་བོ་དང་རབ་དབྱེ་བམས་ཅད་ཡོངས་སུ་ཤེས་པས་ཤེས་བྱ་མ་  
 ལུས་པ་ཁྱབ་པར་མཛད་པའི་མཁུན་པ་འགར་ཡང་རྣམ་པ་ཐོགས་པ་མེད་པར་སོ་  
 སོར་འཇུག་པ་གར་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མཁུན་པའི་སྟོབས་སུ་  
 འདོད་དོ། །གསུམ་པ་མོས་པ་སྣ་ཚོགས་མཁུན་པའི་སྟོབས་ནི། འདོད་ཆགས་  
 སོགས་ཀྱི་འབྱུང་བའི་སྟོབས་ཀྱི་འདོད་པ་ནི། །ཤིན་ཏུ་སྣ་ཚོགས་དམན་དང་འབྲིང་  
 དང་ཁྱད་འཕགས་དག །དེ་ལས་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབས་མོས་པའང་མཁུན་  
 པ་ནི། །དུས་གསུམ་འགྲོ་བ་མ་ལུས་ཁྱབ་པ་སྟོབས་ཞེས་བྱ། །འདོད་ཆགས་ལ་  
 སོགས་པ་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་དང་། དང་པ་ལ་སོགས་དགེ་བ་རྣམས་གར་ལས་  
 འབྱུང་བའི་ས་བོན་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའི་འདོད་པའམ་མོས་པ་ཤིན་  
 ཏུ་སྣ་ཚོགས་པ་དམན་པ་དང་འབྲིང་དང་ཆེས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་དག་དང་།  
 དེ་ལས་གཞན་པ་ཆོས་ཀུན་ཏུ་སྟོན་པས་བསྐྱབས་པའི་མོས་པ་དེ་ལའང་རང་གི་རོ་  
 བོ་དང་དབྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་སྒྲིན་ས་དུས་གསུམ་གྱི་འགྲོ་བ་མ་  
 ལུས་པ་ལ་ཁྱབ་པའི་མཁུན་པ་འགར་ཡང་ཐོགས་པ་མེད་པ་དེ་ནི་མོས་པ་སྣ་ཚོགས་  
 མཁུན་པའི་སྟོབས་ཞེས་བྱའོ། །བཞི་པ་ཁམས་སྣ་ཚོགས་མཁུན་པའི་སྟོབས་ནི།  
 སངས་རྒྱས་ཁམས་ཀྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་མཁུན་རྣམས་ཀྱི། །མིག་སོགས་དག་གི་  
 རང་བཞིན་གར་དེ་ཁམས་སུ་གསུངས། །ཚྗགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་མཁུན་  
 པ་མཐའ་ཡས་ཤིང་། །རྣམ་ཀུན་ཁམས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལ་འཇུག་སྟོབས་སུ་འདོད། །  
 མིག་ལ་སོགས་པའི་ཁམས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གར་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་

པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་ཁྱད་པར་རམ་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་དུ་མ་ལ་སངས་རྒྱལ་རྣམས་  
 གྱི་མཆོད་པ་མཐའ་ཡས་ཐོགས་པ་མེད་པར་འཇུག་པ་དེ་ནི་ཁམས་སྣ་ཆོགས་  
 མཆོད་པའི་སྟོབས་སུ་འདོད་དོ། །ལྷ་པ་དབང་པོ་མཆོག་དང་མཆོག་མ་ཡིན་པ་མཆོད་  
 པའི་སྟོབས་ནི། ཀུན་ཏུ་ཉོགས་སོགས་ཆེས་ཚོ་ཉིད་ནི་མཆོག་ཉིད་དང་། །འབྲིང་  
 དང་རྩལ་པའི་གནས་སྐབས་མཆོག་མིན་བརྗོད་པ་དང་། །མིག་ལ་སོགས་པ་པན་  
 ཚུན་སྐྱབ་རྣམ་ཚུབ་པ་ལ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཆོད་པ་ཆགས་མེད་སྟོབས་སུ་  
 འདོད། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་སྦྱེད་པ་ལ་དབང་བསྐྱར་བའི་བྱིར་ཀུན་ཏུ་ཉོག་  
 པ་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་པོ་ཡིན་ལ། །རྣམ་བྱང་བསྦྱེད་པ་ལ་དབང་  
 སྐྱར་བའི་བྱིར་དད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྣམ་བྱང་གི་དབང་པོ་ཡིན་ལ། །དེ་དག་ཆེས་  
 ཚོ་བ་ཉིད་ནི་མཆོག་དང་། །དམན་པ་དང་འབྲིང་གི་གནས་སྐབས་དག་ནི་མཆོག་མ་  
 ཡིན་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་དག་དང་། །མིག་ལ་སོགས་དབང་པོ་ནི་ཤུ་ཙ་གཉིས་ཀྱི་  
 རོ་བོ་དང་། །པན་ཚུན་འབྲས་བུ་སྐྱབ་པར་རྣམ་པའི་རང་གི་རོ་བོ་བྱང་ཚུབ་པ་ལ་མཆོད་  
 པ་གང་ཞིག་ཆགས་པ་མེད་པ་དང་ཐོགས་པ་མེད་པར་འཇུག་པ་དེ་ནི་དབང་པོ་  
 མཆོག་དང་མཆོག་མ་ཡིན་པ་མཆོད་པའི་སྟོབས་སུ་འདོད་དོ། །དུག་པ་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་  
 བའི་ལམ་མཆོད་པའི་སྟོབས་ནི། །ལམ་འགའ་རྒྱལ་བ་ཉིད་དང་འགའ་ཞིག་རང་  
 རྒྱལ་གྱི། །བྱང་ཚུབ་དང་ནི་ཉན་ཐོས་བྱང་ཚུབ་སྣ་མི་དང་། །ཡི་དྲགས་དུད་འགྲོ་  
 དཔུལ་བ་ལ་སོགས་རྣམས་འགྲོ་བ། །དེ་ལ་མཆོད་པ་ཆགས་མེད་མཐའ་ཡས་སྟོབས་  
 སུ་འདོད། །ལམ་གང་རྒྱལ་བ་རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ་བྱང་ཚུབ་གསུམ་



དུ་འགྲོ་བར་བྱེད་པ་དང་། ལྷ་མི་ལ་སོགས་པ་འགྲོ་བ་ལྷ་རྣམས་སུ་འགྲོ་བར་བྱེད་  
 པའི་ལམ་དེ་དག་ལ་མཁྱེན་པ་གང་ཞིག་ཆགས་པ་དང་ཐོགས་པ་མེད་པར་འཇུག་  
 པ་དེ་ནི་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བའི་ལམ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་སུ་འདོད་དོ། །བདུན་པ་བསམ་  
 གཏན་སོགས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་བུར་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ནི། འཛིག་  
 རྟེན་མཐའ་ཡས་རྣལ་འབྱོར་བྱེ་བྲག་ཐ་དང་པ། །བསམ་གཏན་རྣམ་ཐར་བརྒྱད་  
 དང་ཞི་གནས་གང་དག་དང་། །སྟོམས་འཇུག་བྱེད་པར་གང་དག་གཅིག་དང་བརྒྱད་  
 གྱུར་པ། །དེ་ལ་མཁྱེན་པ་ཐོགས་མེད་འདི་ནི་སྟོབས་སུ་བཤད། །འཛིག་རྟེན་གྱི་  
 །ཁམས་མཐའ་ཡས་པ་ན་གནས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཐ་  
 དང་པའི་བསམ་གཏན་བཞི་དང་རྣམ་ཐར་བརྒྱད་དང་ཞི་གནས་དགེ་བ་ཅེ་གཅིག་  
 པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། མཐར་གྱི་གནས་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་བྱེད་པར་  
 གཅིག་དང་བརྒྱད་དུ་གྱུར་པ་དགུ་པོ་ཇི་སྟེང་པ་དང་། དེ་དག་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་  
 པའི་རྒྱ་མ་རིག་པ་དང་རྣལ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དག་དང་། རྣམ་པར་  
 བུར་བའི་རྒྱ་གཞན་གྱི་སྒྲ་དང་རྣལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སོགས་ལ་མཁྱེན་པ་གང་  
 ཞིག་ཐོགས་པ་མེད་པར་འཇུག་པ་དེ་ནི་བསམ་གཏན་སོགས་དང་ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་དང་རྣམ་བུར་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་སུ་འདོད་དོ། །བརྒྱད་པ་སྟོན་གྱི་གནས་  
 རྟེན་སུ་དྲན་པ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ནི། གཏི་མུག་དེ་སྤྱིད་སྤྱིད་གནས་འདས་པའི་  
 བདག་དང་ནི། །སེམས་ཅན་གཞན་དེའི་སྤྱིད་པར་སེམས་ཅན་ཇི་སྟེང་པ། །དེ་སྟེང་  
 མཐའ་ཡས་གཞི་དང་བཅས་ཤིང་ཡུལ་སྟོགས་དང་། །རྣམ་པ་དང་བཅས་མཁྱེན་པ་

གང་ཡིན་སྟོབས་སུ་བཤད། །གདི་མུག་ཇི་སྤྱད་གནས་པ་དེ་སྤྱད་དུ་སྤྱད་པར་སྐྱེ་བ་  
 གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱད་པ་ཐོག་མ་མེད་པར་གནས་པ་བདག་དང་། སེམས་  
 ཅན་གཞན་ཇི་སྟེད་པ་དེ་སྟེད་མཐའ་ཡས་པ་དག་གིས་སྒྲོན་འདས་པའི་གནས་  
 སྐབས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་དག་གཞི་དང་བཅས་ཡུལ་ཕྱོགས་དང་བཅས་རྣམ་པ་དང་བཅས་  
 པ་ལ་མཆེན་པ་གང་ཞིག་ཐོགས་པ་མེད་པར་འཇུག་པ་དེ་ནི་སྒྲོན་གྱི་གནས་རྗེས་  
 སུ་བྱུང་བ་མཆེན་པའི་སྟོབས་སུ་འདོད་དོ། །དགུ་པ་འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་མཆེན་  
 པའི་སྟོབས་ནི། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཅན་རེ་རེའི་འཆི་འཕོ་དང་། །སྐྱེ་  
 གང་འཇིག་རྟེན་ལ་གནས་རྣམ་མཁའི་མཐར་ཐུག་དང་། །བཀྲ་མང་དེ་ལ་མཆེན་  
 པ་དུས་དེར་འཇུག་པ་ཡིས། །མ་ཆགས་རྣམ་ཀུན་ཡོངས་དག་མཐའ་ཡས་སྟོབས་  
 སུ་འདོད། །འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་རྣམ་མཁའི་མཐར་ཐུག་པར་གནས་པའི་སེམས་  
 ཅན་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཅན་རེ་རེའི་འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་གང་གིན་དུ་བཀྲ་ཞིང་རྣམ་  
 པ་མང་བ་དེ་ལ་མཆེན་པ་གང་ཞིག་བཞེད་པ་ཅམ་གྱིས་དུས་དེར་འཇུག་པ་ཡིས་མ་  
 ཆགས་ལ། རྣམ་པ་ཀུན་དུ་ཡོངས་སུ་དག་པས་ཐོགས་པ་མེད་པ་འདི་ནི་འཆི་འཕོ་  
 དང་སྐྱེ་བ་མཆེན་པའི་སྟོབས་སུ་འདོད་དོ། །བཙུ་བ་ཟག་པ་ཟད་པ་མཆེན་པའི་  
 སྟོབས་ནི། རྣམ་ཀུན་མཆེན་པའི་སྟོབས་ཀྱི་མུར་དུ་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི། །ཉོན་མོངས་  
 དག་ནི་བག་ཆགས་དང་བཅས་འཇིག་འགྲུལ་དང་། །སྟོབ་མ་ལ་སོགས་ཉོན་མོངས་སྟོ་  
 ཡིས་འགོག་པ་གང་། །དེ་ལ་མཆེན་པ་ཆགས་མེད་མཐའ་ཡས་སྟོབས་སུ་འདོད། །  
 རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཉོན་མོངས་པ་བག་ཆགས་དང་

བཅས་པ་འཇིག་ཅིང་སྤྲོད་བར་འགྱུར་ལ། སྤྲོད་མ་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་  
རྣམས་ཀྱིས་ཉན་མོངས་པའི་བག་ལ་ཉལ་པ་མོ་མ་སྤངས་པ་ཡིན་དེ། འདི་ལྟར་  
ཉན་མོངས་པ་སྤངས་ཀྱང་བག་ཆགས་ཡོད་པས་དག་བཙོམ་པ་སྤོང་སྤྲུག་  
པ་མཆོང་ཞིང་འགྲོ་བ་དང་། སྤོང་བུམ་ཟེར་གྱུར་པས་དམངས་མོར་བརྗོད་པའི་ཀུན་  
ཏུ་སྤྲོད་པ་བཙོམ་ལྟར་འདས་ཀྱིས་བསྒྲོག་ཏུ་ཟེར་གྱང་མ་ལོག་པ་བཞིན་མོ། །དེའི་  
ཕྱིར་ཉན་མོངས་པ་དང་བག་ཆགས་ཀྱི་མཚམས་སྤྱོད་བ་དང་བཅས་པ་སྤྲོ་ཡིས་  
འགོག་ཅིང་སྤངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་མཁུན་པ་གང་ཞིག་ཆགས་པ་མེད་ཅིང་  
ཐོགས་པ་མེད་པར་འདུག་པ་དེ་ནི་ཟག་པ་ཟད་པ་མཁུན་པའི་སྤོངས་ཞེས་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཕལ་པས་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་ལས་འདས་པར་བསྟན་པ་ནི།  
སངས་རྒྱས་བཙོམ་ལྟར་འདས་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱད་པར་མ་ལུས་པ་ཡོངས་  
སུ་གཙོད་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཁོན་ས་ནུས་ལ། གལ་ཏེ་གསུངས་ན་ནི་བསྐྱལ་པ་གྲངས་  
མེད་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པར་སྐྱ་ཆོ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་ཕྱིན་ལས་གཞན་མི་  
མངའ་བར་སྐྱོན་པ་སྐྱོན་པར་གསུངས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་མི་འགྱུར་ན།  
བྱང་རྒྱུ་མེས་ས་དཔའ་ལྟ་ཅི་སྤྲོས་དེ། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐར་ཕྱིན་པ་ཤེས་པའམ་བརྗོད་པར་ནུས་པ་ལྟ་ཅི་སྤྲོས།  
དོན་དེ་ཉིད་དཔའི་སྒྲིམ་བསྟན་པ། རྣམ་མཁའ་མེད་པས་འདབ་ཆགས་ལྷོག་པར་  
མི་འགྱུར་གྱི། །འདིར་ནི་རང་མཐུ་ཟད་པས་ལྷོག་པར་འགྱུར་དེ་བཞིན། །སྤོང་མ་  
དང་བཅས་སངས་རྒྱས་སྤངས་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །ཡོན་ཏན་མཁའ་ལྟར་མཐའ་



ཡས་མ་བརྗོད་ལྟོག་པར་འགྱུར། །འདབ་ཆགས་ཀྱི་དབང་པོ་ནམ་མཁའ་ཕྱིར་འདབ་  
གཤེགས་ཡངས་པའི་རྒྱུ་གི་ཤུགས་ཀྱིས་པ་རོལ་གཞོན་པ་ཐོབ་པའང་ནམ་མཁའ་  
མེད་པས་ལྟོག་པར་མི་འགྱུར་གྱི། རང་གི་མཐུ་སྟོབས་ཟད་པས་ལྟོག་པ་དེ་བཞིན་  
དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྲུལ་པོ་གང་དག་རྣམས་པར་ཐར་པ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་ཐོབ་  
པ་དེ་དག་གྱུར་རང་གི་སྒྲོའི་རྣམས་པ་ཟད་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡོན་ཏན་  
བརྗོད་མ་རྣམས་པས་ཡོན་ཏན་ནམ་མཁའ་ལྟར་མཐའ་མེད་པ་དག་ལས་ལྟོག་གི་  
ཡོངས་སུ་རྗོགས་པས་པ་ཡོན་ན། སྟོབ་མ་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དག་གི་  
ཡོན་ཏན་མཐར་ཐུག་པ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་སྟོས་ཅི་དགོས། དེ་ལྟར་ཆགས་པ་  
མེད་པའི་ས་ལ་གནས་པའི་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གྱུར་རྟོགས་པར་མི་རྣམས་  
ན་ཁྱེད་ཀྱིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་བརྗོད་པ་འདི་  
གང་ལས་རྟོན་ཅི་ན། དེ་ཕྱིར་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བདག་འདྲ་བས། །ཤེས་པ་དང་  
ནི་བརྗོད་པར་རྣམས་སིན་ཡང་། །འོན་གྱུར་དེ་དག་འཕགས་པ་གྲུ་སྒྲུབ་ཀྱིས། །  
བཤད་ཕྱིར་དོགས་སྤངས་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཅུང་ཞིག་སྒྲིམ། །གང་གི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་དང་བརྗོད་པ་ལ་ནི་ལོ་རབས་འདི་ཡོན་པ་དེའི་ཕྱིར་  
བཙུང་ལྟན་འདས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཆ་ཅུང་ཡང་བདག་ཅག་ལྟ་བུ་ས་རིག་པའི་  
རབ་རིབ་ཀྱིས་ལྟོངས་པ་དག་གིས་ཤེས་པའང་བརྗོད་པར་རྣམས་པ་མ་ཡོན་མོད།  
འོན་གྱུར་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་ཅུང་ཟད་ཅིག་  
སྒྲིམ་པ་འདི་དག་ནི་འཕགས་པ་གྲུ་སྒྲུབ་ཀྱིས་བཤད་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་

སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དག་ལ་དོགས་པ་སྤངས་དེ་ཆོས་ཆོས་སེད་པར་བྱང་བའ་  
ཅིག་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ནོ། །

ད་ནི་མདོར་བསྡུས་དེ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་དང་དགོས་པ་བསྟན་  
པའི་བྱིར་བཤད་པ། ཟབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་དེ། །ཡོན་ཏན་གཞན་ནི་རྒྱ་ཆེ་བའོ། །  
ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་རྩལ་གྲེས་པས། །ཡོན་ཏན་འདི་དག་ཐོབ་པར་འགྱུར། །མདོར་  
བསྡུས་ན་བསྟན་བཅོས་འདིས་ནི་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྩལ་གཉིས་བསྟན་དེ། དེ་  
ལ་ཟབ་མོ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་སེད་པ་གཉིས་ཡིན་དེ། དེ་  
དག་ནི་དོགས་པར་དགའ་བའི་བྱིར། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡོན་  
ཏན་ཇི་སྟངས་བཤད་པ་གཞན་དག་ནི་རྒྱ་ཆེ་བ་ཡིན་དེ། མཐའ་དཔག་པར་དགར་  
བའི་བྱིར་རོ། །གང་གིས་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྩལ་འདི་གྲེས་ནས་རྩལ་བཞིན་དུ་  
སྟོབ་པ་དེ་དག་གིས་ཡོན་ཏན་འདི་དག་བདེ་སྒྲག་དུ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་  
པ་སྒྱུ་ལ་སྒྱུ་ལ། སྟོན་པ་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་རྩལ། བསྟན་པ་ཐེག་པ་གཅིག་དུ་བསྡུ་བ།  
མདོན་པར་བྱང་རུབ་པ་དང་བཞུགས་པའི་དུས་བསྟན་པའོ། །དང་པོའི་དབང་དུ་  
བྱས་ནས་བཤད་པ། ཁྱེད་ནི་སྤྱོད་གསུམ་བརྒྱལ་དེ་མི་གཡོའི་སྒྱུ་ལས་སྒྲིམ་ཡང་  
སྒྱུ་ལ་པ་ཡིས། །གཤེགས་པ་དང་ནི་བསྟོམས་དང་བྱང་རུབ་ནི་བའི་ལམ་ལོའང་  
སྟོན་པར་མཛད། །དེ་ལྟར་ཁྱེད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་གཡོ་བཤ་ཅན་དའི་ཞགས་པ་ནི། །  
མང་པོས་བཅིངས་པ་མ་ལུས་བྱུགས་རྗེས་མུ་རན་འདས་པར་བགྱི་བར་མཛད། །  
བཅོས་ལྡན་ཁྱེད་ནི་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཁོན་སྟངས་པ་མ་ལུས་པ་སྤངས་དེ་སྤྱོད་པ་

གསུམ་ལས་བརྒྱལ་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལས་མི་གཡོ་བའི་ངང་ནས་སྤྱར་ཡང་  
 སྐྱེ་ལ་པ་ཡིས་དགའ་ལྡན་གྱི་གནས་ནས་གསེགས་པ་ལ་སོགས་པ་སངས་རྒྱས་དང་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མཛེད་པ་རྣམས་འཛམ་གུང་གྱི་དུ་སྟོན་པར་མཛེད་པའི་  
 སྟོན་ས་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྐྱེ་བོ་སེམས་གར་མཁན་ལྟར་གྱིན་ཏུ་གཡོ་བའི་ངང་ཚུལ་  
 ཅན་ཡུལ་རྣམས་ལ་རེ་ཞིང་མཛོན་པར་ཞེན་པའི་ཞགས་པ་མང་པོས་དམ་དུ་བཅིངས་  
 པ་མ་ལུས་པ་གྲགས་པ་དང་པན་ལན་སོགས་ལ་མི་སྟོས་པར་བྱགས་རྗེས་ཕྱ་ངན་  
 ལས་འདས་པའི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་བཀྱི་བར་མཛེད་དོ། །གཉིས་པ་བསྟན་པ་ཐེག་པ་  
 གཅིག་ཏུ་བསྟུ་བ་ནི། དམ་པའི་ཆོས་པད་མ་དཀར་པོ་ལས། ཡང་ཐེག་པ་གཅིག་  
 ལས་བརྒྱམས་ཏེ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆོས་འཆད་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱི་མཐར་ཐུག་པ་སྟེ། ཐེག་པ་གཉིས་སམ་གསུམ་  
 ཞེས་བྱ་བ་དག་ཀྱང་མེད་དོ། །ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ན་ཆོས་ཉིད་  
 ནི་འདི་འོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཐམས་ཐམས་ཅད་དུ་  
 གང་འདས་པའི་དུས་ན་བྱུང་བའི་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
 ཐེག་པ་གཅིག་ལས་བརྒྱམས་ཏེ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆོས་སྟོན་ཏེ། གང་འདི་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་འོ། །གང་མ་འོངས་པའི་དུས་ན་འབྱུང་བའི་དེ་བཞིན་གསེགས་  
 པ་རྣམས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་གཅིག་ལས་བརྒྱམས་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་  
 ལ་ཆོས་སྟོན་པར་འགྱུར་རོ། །གང་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་དུས་ན་ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་  
 རྟེན་གྱི་ཐམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སངས་



རྒྱལ་གྱི་ཐེག་པ་གཅིག་ཕུ་ལས་བརྩམས་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆོས་སྒྲིམ་དོ། །  
 དེ་རྣམ་གྲངས་འདིས་རིག་པར་བྱ་སྟེ། རྒྱལ་ས་བརྩའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གང་ན་  
 ཡང་ཐེག་པ་གཅིས་སུ་བཏགས་པའང་མེད་ན། གསུམ་དུ་ལྷ་ཅི་སྒྲིམ་ཞེས་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་བམས་ཅན་གྱིས་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཐེག་པ་གཅིག་ཕུ་ལས་བརྩམས་དེ་  
 ཆོས་སྒྲིམ་པར་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་ཅི་ཞེ་ན། གང་ཕྱིར་འདི་ན་དེ་ཉིད་ཤེས་  
 ལས་དྲི་མ་མཐའ་དག་སེལ་བ་ནི། །ལྟར་ལེན་གཞན་མེད་ཆོས་རྣམས་དེ་ཉིད་རྣམ་  
 འགྲུར་དབྱེ་ལའང་བརྟེན་མིན་པས། །དེ་ཉིད་ཡུལ་ཅན་སློ་གྲོས་འདི་ཡང་བྲ་དད་  
 གྲུར་པ་ས་ཡིན་པ། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་ཁྱེད་གྱིས་འགྲོ་ལ་ཐེག་པ་མི་མཉམ་དབྱེར་མེད་  
 བསྟན། །གང་གི་ཕྱིར་འཛིག་རྟེན་འདི་ན་ཆོས་རྣམས་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རི་ལྷ་བ་བཞིན་  
 དུ་ཤེས་པ་ལས་ཞོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་དྲི་མ་མཐའ་དག་སེལ་བར་བྱེད་པའི་  
 གཞིན་པོ་གཞན་མེད་དེ། གནས་ལུགས་མ་རྟོགས་པ་རྣམས་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་  
 སྟོགས་པ་བཞིན་དུ་ཡུལ་ལ་ལོག་པ་ལུགས་པས་སྒྲིབ་པ་དྲུངས་ནས་འབྱེན་མི་རུས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་རྣམས་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྒྲིབ་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན་དེ་རྣམ་འགྲུར་ད  
 བྱེ་བ་བྲ་དད་པ་ལ་བརྟེན་པའང་ས་ཡིན་དེ། ཀུན་གྱུར་སྒྲིབ་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན་  
 ཅན་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡུལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པས་དེ་ཉིད་མངོན་  
 སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡུལ་ཅན་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སློ་གྲོས་འདི་ལའང་བྲ་དད་  
 ཡོད་པ་ས་ཡིན་ལ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་བཟོད་  
 པར་བྱ་བའི་སྤངས་ལས་འདས་པ་ཡིན་དེ། འོད་སྤངས་ཆོས་བམས་ཅན་མཉམ་པ་

ཉིད་དུ་རྟོགས་ན་སྤྱི་པ་ལས་འདས་པ་ཡིན་ལ། དེའང་གཅིག་ཉིད་ཡིན་གྱི་གཉིས་  
 དང་གསུམ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འབྲུང་བའི་སྤྱི་པ་རོ། །གང་གི་སྤྱི་པ་དེ་ལྟ་ཡིན་པ་དེའི་  
 སྤྱི་པ་བཅོས་ལྟན་འདས་ཁྱོད་ཀྱིས་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་ཐེག་པ་དབྱེར་མེད་གཅིག་  
 བསྟན་གྱི་གཉིས་དང་གསུམ་ལ་སོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་གང་ཞེན། གཞན་དང་  
 མི་མཉམ་པ་སྤྱི་པ་མེད་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་འོ། །འདིར་ཐེག་པ་ནི་གཉིས་ཏེ།  
 འདིས་བསྟོས་པར་བྱེད་པ་ལས་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་། འདིར་བསྟོད་པར་བྱ་བ་འབྲས་  
 བུའི་ཐེག་པ་འོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ནི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་གོགས་དྲི་མ་སེལ་བྱེད་ཡིན་ལ།  
 དེའང་དུ་མ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་རྟོགས་པར་དྲི་མ་སེལ་མི་རྣམས་ལ།  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པའི་སྤྱི་པ་རོ། །གཉིས་པ་ནི། དྲི་མ་མཐའ་དག་དང་  
 བུལ་བའི་ཆོས་ཉིད་མཛོན་སུམ་དུ་བྱས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ལ། དེའང་ཐ་དད་མེད་དེ།  
 ཆོས་ཀྱི་དབྱེར་ས་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པའི་སྤྱི་པ་རོ། །དེའི་སྤྱི་པ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་ཐེག་  
 པ་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཐེག་པ་གཅིག་ཡིན་ལ་རག་པོད་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་  
 པར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཞེན། དཔེར་ན་སྤྱགས་ཀྱི་ཤིང་རྩ་དང་། རྩའི་ཤིང་རྩ་དང་།  
 གླང་པོ་ཆེའི་ཤིང་རྩ་གསུམ་ལ་སྤྱར་བ་དང་། བུལ་བ་དང་། ཆོས་བུལ་བའི་ཁྱད་  
 པར་ཡོད་ཀྱང་། བསྟོད་བྱ་སྟོད་ཁྱེར་གཅིག་ཏུ་བསྟོད་པར་ཐ་དད་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ།  
 ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཐེག་པ་གསུམ་  
 ཡང་མི་གནས་པའི་སྤྱི་པ་ལས་འདས་པའི་སྟོང་ཁྱེར་དུ་བསྟོད་པར་བྱེད་པ་ལ་  
 ཁྱད་པར་མེད་གྱི། འོན་ཀྱང་དབང་པོ་དང་ཐབས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལས་སྤྱར་བ་དང་།

བུལ་བ་དང་། ཆེས་བུལ་བའི་བྱད་པར་ནི་ཡོད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་ཉན་རང་གི་ཐེག་པ་  
བ་དག་སྤྱོད་ན་མེད་པའི་བྱད་ཆུབ་ཐོབ་པའི་གོགས་སུ་བཤད་པ་ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། ཉན་  
རང་གི་ཐེག་པ་བ་དག་ལ་ནི་ཐེག་པ་དམན་པའི་ལམ་གྱིས་རྒྱད་མ་སྦྱངས་པར་སྤྱོད་  
ན་མེད་པའི་བྱད་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་མེད་པས་ཐོག་མར་ཉན་རང་གི་  
བྱད་ཆུབ་ཏུ་བྱིད་ནས་རིམ་གྱིས་སྤྱོད་ན་མེད་པའི་བྱད་ཆུབ་ཐོབ་པས། དེ་ལྟ་བུའི་  
གང་ཟག་ལ་ལྟོས་ནས་ཐེག་པ་དམན་པ་གཉིས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཐབས་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པར་བཞག་ལ། བྱད་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
གྱིས་ཉན་རང་གི་ལམ་མངོན་དུ་བྱས་ན་སྤྱོད་ན་མེད་བྱད་ཆུབ་ཐོབ་པ་ལ་ཡུན་རིང་དུ་  
འགོར་བའི་ཕྱིར། ཉན་རང་གི་ལམ་དག་བྱད་ཆུབ་ཀྱི་གོགས་སུ་བཤད་དོ། །

གལ་ཏེ་བཞོད་བྱའི་མུ་རན་ལས་འདས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ཁོ་ན་ཡིན་ན་  
ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པས་ཀྱང་མུ་རན་ལས་འདའ་བར་བཤད་པ་  
ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། འདི་ནི་དགོངས་པ་ཅན་ཏེ། འདི་ལྟར། གང་ཕྱིར་འགྲོ་ལ་ཉེས་པ་  
སྐྱེད་བྱེད་སྒྲིགས་མ་འདི་དག་ཡོད་ཀྱང་པ། །དེ་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་སངས་རྒྱས་སྐྱེད་ཡུལ་  
གཏིང་ཟབ་ལ་འདུག་མི་འགྱུར་ཞིང་། །བདེ་གཤེགས་གང་ཕྱིར་ཁྱོད་ལ་མཁུན་  
རབ་ཐུགས་རྗེ་ཐབས་དང་ལྟན་ཅིག་པ། །མངའ་དང་གང་ཕྱིར་བདག་གིས་སེམས་  
ཅན་དགྲོ་ལ་ཞེས་ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་བཞེས་པ། །གང་གི་ཕྱིར་གདུལ་བྱའི་འགྲོ་བ་རྣམས་  
ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་ན་མེད་པ་ལ་ལྟག་པར་མོས་པའི་གོགས་འདོད་ཆགས་  
ལ་སོགས་པ་ཉེས་པ་ཤས་ཆེན་པོ་སྐྱེད་པར་བྱས་པའི་རྒྱ་སེམས་ཅན་དང་བསྐྱལ་



པ་དང་ཉེན་མོངས་པ་དང་ལྟ་པ་དང་ཆེད་སྒྲིགས་མ་འདི་དག་ཡོད་པ་དེའི་བྱིར།  
 འཇིག་རྟེན་དག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་གཏིང་ཟབ་ཅིང་དཔག་པར་དགའ་བ་ལ་  
 ཐོག་མར་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་ལ། བདེ་བར་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱང་འགྲོ་བ་སྒྲོད་  
 མ་ཡིན་པར་མཐོང་བ་ཅུམ་གྱིས་དེ་དག་གི་དོན་ཡལ་བར་འདོར་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གང་གི་བྱིར་བཙོམ་ལྟར་འདས་ལ་གདུལ་བྱ་རྣམ་པ་གཞན་གྱི་སྒྲོ་ནས་འདུལ་བའི་  
 མཁུན་རབ་བྱགས་རྗེ་དང་ལྟར་ཅིག་པ་མངའ་བའི་བྱིར་དང་། སྒར་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའི་སྒྱུད་པ་སྒྲོད་པའི་ཆེ་བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དགྲོལ་ཞེས་ཞལ་  
 གྱིས་བཞེས་པའི་བྱིར་དང་། ཞལ་གྱིས་བཞེས་པའང་རྣམ་པ་གཞན་གྱི་སྒྲོ་ནས་གདོན་  
 མི་ཟ་བར་སྒྱུབ་དགོས་པའི་བྱིར་རོ། །གང་གི་བྱིར་འགྲོ་བ་རྣམས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
 ལ་འཇུག་པའི་གཤམ་རྣམ་པ་མང་པོ་འདི་དག་ཡོད་ཅིང་། འཇིག་རྟེན་རྣམས་གདོན་  
 མི་ཟ་བར་སྒྱུ་རྩལ་ལས་འདས་པ་ལ་དགོད་པར་བྱ་དགོས་པ། དེ་བྱིར་མཁས་པས་  
 རིན་པོ་ཆེ་ཡི་གྲིང་དུ་ཆས་པའི་སྒྲེ་ཆོགས་ཀྱི། །ངལ་བ་ཉེར་སེལ་གྲོང་བྱིར་ཡིད་  
 འོང་བར་དུ་རྣམ་པར་བགོད་པ་ལྟར། བྱིད་ཀྱི་ཐེག་པ་འདི་ནི་སྒྲོ་བ་མ་ཉེ་བར་ཞི་  
 བའི་ཆུལ་ན་ཡིད། །སྒྱུར་བར་མཛད་ཅིང་རྣམ་པར་དབེན་ལ་སྒྲོ་སྒྱུར་ས་རྣམས་ལ་  
 འོགས་སུ་གསུངས། །དཔེར་ན་དེད་དཔོན་ཐབས་ལ་མཁས་པས་རིན་པོ་ཆེའི་  
 གྲིང་དུ་ཆས་པའི་སྒྲེ་བོའི་ཆོགས་རྣམས་ལམ་གྱིས་དུབ་པའི་ངལ་བ་སེལ་བའི་བྱིར་  
 དུ་ལམ་གྱི་བར་དུ་གྲོང་བྱིར་ཡིད་དུ་འོང་བ་བགོད་ཅིང་སྒྲུལ་ཏེ་དེར་སྒྲེ་བོའི་ཆོགས་  
 དབུགས་སྒྱུར་ནས། སྒྲུར་ཡང་རིན་པོ་ཆེའི་གྲིང་དུ་བྱིད་པར་བྱེད་པ་ལྟར། བཙོམ་

ལྷན་ཁྱེད་གྱིས་ཀྱང་འཁོར་བའི་ཤུལ་རིང་པོའི་ལམ་གྱིས་དུབ་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས་  
 སངས་རྒྱལ་གྱི་སར་བཀྱི་བའི་ཐབས་སུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རྩྭ་རྩེ་ལ་དུ་ཁན་ཐོས་དང་  
 རང་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཐེག་པ་འདི་དག་བཀོད་ནས་སྒྲོབ་མ་ཁན་རང་གི་རིགས་ཅན་  
 རྣམས་ཉེ་བར་ཞི་བ་ལྟ་རན་ལས་འདས་པའི་རྩྭ་ལ་ཐོག་མར་ཡིད་སྒྱུར་བར་མཛད་  
 ཅིང་། འཁོར་བའི་འབྲོག་དགོན་པ་ལས་གྲོ་ལ་ཏེ་དབུགས་ཕྱིན་པ་ཐོབ་པ་དེ་དག་  
 ལ་ཕྱི་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བསྟན་ཏེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ས་ལ་བཀྱི་བར་མཛད་དོ། །སྒྲེ་  
 བ་མང་པོར་རྣམ་པར་དབེན་པ་སྟོང་བ་ཞིང་དང་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་སྒྲོ་སྒྱུར་ས་པ་  
 རྣམས་ལ་ཁན་རང་གི་རིགས་ཅན་ལས་ཕྱགས་སུ་ཐོག་མར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་གསུང་  
 བར་མཛད་དོ། །གསུམ་པ་མདོན་པར་བྱང་རྩལ་པ་དང་བཞུགས་པའི་དུས་བསྟན་  
 པ་ལ། དང་པོ་མདོན་པར་བྱང་རྩལ་པའི་དུས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཤད་པ། སངས་  
 རྒྱལ་ཡུལ་གྱུར་ཕྱོགས་བཅུ་ཉི་ཞིར་རྣམས་མ་ལུས་ན། །རྩལ་ཕྱན་རི་སྟོང་ཡོད་པ་དེ་  
 སྟོང་བདེ་གཤེགས་ནི། །བྱང་རྩལ་མཆོག་ཏུ་གཤེགས་པའི་བསྐྱལ་པ་དེ་སྟོང་དེ།  
 ཁྱེད་གྱི་གསང་འདི་བསྟན་པར་བཀྱི་བ་མ་ལགས་སོ། །སངས་རྒྱལ་གྱི་ཡུལ་དུ་  
 གྱུར་པའི་ཕྱོགས་བཅུ་ཉི་ཞིར་མ་ལུས་པའི་རྩལ་ཕྱན་རི་སྟོང་ཡོད་པའི་གྲངས་དེ་  
 སྟོང་བདེ་བར་གཤེགས་པ་སེམས་ཅན་འདུལ་བའི་ཕྱིར། སྒྲུལ་པའི་སྒྱུར་མདོན་  
 པར་བྱང་རྩལ་པའི་བསྐྱལ་པ་འདྲ་དེ་ཞིང་དེ། འོན་ཀྱང་བཅོམ་ལྷན་ཁྱེད་གྱི་གསང་  
 བ་འདི་ནི་སྟོན་དགེ་བའི་རྩྭ་བ་མ་བསགས་པ་རྣམས་གྱིས་ལྷག་པར་མོས་པར་བྱ་  
 དགའ་བའི་ཕྱིར་བསྟན་པར་བཀྱི་བ་མ་ཡིན་ཡང་། གང་ཞིག་ལྷག་པར་མོས་པ་བྱེད་པ་

རྣམས་ལ་བསོད་ནམས་གཞུང་དུ་མེད་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་བཞུགས་པའི་དུས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཤད་པ། རི་སྒྲིང་  
 འཛིག་རྟེན་མ་ལུས་མཆོག་ཏུ་ཞི་བ་མ་ཐོབ་དང་། རི་སྒྲིང་རྣམ་མཁའི་ཁམས་རྣམས་  
 མེད་པར་མ་གྱུར་དེ་སྒྲིང་དུ། ཤེས་རབ་ཡུལ་དང་སྒྲིང་རྗེ་མ་མས་སྒྲིང་ཅིང་འཛིན་  
 བྱེད་པས། རྒྱལ་བ་ཁྱོད་ལ་རབ་ཏུ་ཞི་བར་འགྱུར་བ་གལ་མངའ། རི་སྒྲིང་འཛིག་  
 རྟེན་མ་ལུས་པ་ཞི་བ་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་མ་ཐོབ་པ་དང་། རྣམ་མཁའ་མེད་པར་  
 མ་གྱུར་པ་དེ་སྒྲིང་དུ། རྒྱལ་བ་རབ་ཏུ་ཞི་བར་འགྱུར་བ་མི་མངའ་སྟེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་  
 ས་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ཡུམ་གྱི་བསྒྲིང་དེ། སྒྲིང་རྗེའི་མ་མ་ལ་གཏད་པས་ཡུན་རིང་དུ་  
 འཛིན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སྦྱབ་པའི་ཕྱིར་དུས་  
 མུ་མཐའ་མེད་པར་གསོ་བར་བྱེད་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱགས་རྗེ་དེ་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་  
 ཅེ་ན། གཏི་མུག་སྒྲོན་གྱིས་འཛིག་རྟེན་ཁ་བས་དུག་བཅས་བ་བ་ཡི། སྒྲེ་བོ་ཉིད་  
 གྱི་ནང་མི་དེ་ལ་ཁྱོད་བརྟེ་རི་ལྷ་པ། རི་ལྷ་རུག་བོས་ཉེན་པའི་བུ་ལ་མ་ཡི་སྟུག་  
 བསྐྱལ་མིན། རིས་ན་མགོན་པོ་མཆོག་ཏུ་རབ་ཞིར་གཤེགས་པར་འགྱུར་མ་ལགས། །  
 གཏི་མུག་གི་སྒྲོན་གྱིས་བསྒྲིབས་པའི་དབང་གིས་འཛིག་རྟེན་ཁ་བས་དུག་བཅས་  
 དང་འདྲ་བའི་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་རྣམས་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་དབང་གིས་  
 ཟ་ཞིང་ལོངས་སྒྲིང་པའི་སྒྲེ་བོ། ཐུབ་པ་ཉིད་གྱི་ནང་མི་ལྷ་བུར་གྱུར་པ་དེ་དག་ལ་  
 ཁྱོད་བྱགས་བརྟེ་བ་དེ་ལྷ་རུག་བོས་ཏེ་སྟུག་བསྐྱལ་གྱིས་ཉེན་པའི་བུ་གཅིག་པ་  
 ལ་མའི་སྟུག་བསྐྱལ་དེ་ཙམ་དུ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་དེས་ན། མགོན་པོ་བྱགས་རྗེའི་



དབང་གིས་རབ་དུ་ཞི་བར་གཤེགས་པ་མ་ལགས་སོ། །གཞན་ཡང་བཙུམ་ལྷན་  
 འདས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་ནི་འཛིག་དེན་གྱི་སྤྲུལ་བསྐྱེད་ལ་ལ་དམིགས་ཏེ་འདུག་པའི་ཕྱིར་  
 ཡང་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་མི་མངའོ་ཞེས་བཤད་པ། གང་གི་ཕྱིར་ན་མི་མཁས་དངོས་  
 དང་དངོས་པོ་མེད་པར་ཞེན་པའི་སྒྲོ་ཅན་གྱིས། །སྐྱེ་དང་འཛིག་གནས་སྐབས་དང་  
 སྤྲུལ་དང་མི་སྤྲུལ་བྲལ་ཕྱད་གྱིས་བསྐྱེད་སྤྲུལ་བསྐྱེད་དང་། །སྤྲིག་ཅན་འགྲོ་བ་ཐོབ་  
 པ་དེ་ཕྱིར་ཐུགས་བརྩེའི་ཡུལ་དུ་རབ་དོང་པས། །བཙུམ་ལྷན་ཐུགས་རྗེས་སྤྱོད་  
 ཐུགས་ཞི་ལས་བསྐྱོག་པས་སྤྱོད་ལ་མྱ་ངན་འདའ་མི་མངའ། །གང་གི་ཕྱིར་གྱིས་པ་  
 མི་མཁས་པ་དངོས་པོར་མངོན་པར་ཞེན་པའི་སྒྲོ་ཅན་ལས་དང་འབྲས་བུ་ལ་ཡིད་  
 ཆེས་པ་དག་ནི་སྤང་དོར་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཞུགས་པས་ལྷ་མི་དག་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་སྐྱེ་  
 བ་དང་། འཛིག་པ་དང་། ཡུལ་སྤྲུལ་པ་དང་བྲལ་བ་དང་། མི་སྤྲུལ་པ་དང་ཕྱད་པ་  
 ལས་བྱུང་བའི་སྤྲུལ་བསྐྱེད་སྤྲུལ་ཚོགས་སྤྱོད་བར་འགྱུར་རོ། །དངོས་པོ་མེད་པར་ཞེན་  
 པའི་སྒྲོ་ཅན་མེད་པ་བ་དག་ནི་སྤང་དོར་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དུ་ཞུགས་པས་སྤྲིག་ཅན་  
 གྱི་འགྲོ་བ་དཔུལ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་པས་སྤྲུལ་བསྐྱེད་མི་ཟད་པ་རྣམ་པ་སྤྲུ་  
 ཚོགས་སྤྱོད་བ་དེའི་ཕྱིར། སྤྲུལ་བསྐྱེད་ཅན་གྱི་འགྲོ་བ་འདི་དག་ཐུགས་བརྩེའི་ཡུལ་  
 དུ་རབ་དུ་དོང་ཞིང་། ཐུགས་རྗེ་འདའ་འགྲོ་བའི་སྤྲུལ་བསྐྱེད་ལ་དམིགས་ནས་འདུག་  
 པས། དེའི་ཕྱིར་ཐུགས་རྗེའི་དབང་གིས་བཙུམ་ལྷན་སྤྱོད་ཀྱི་ཐུགས་ཞི་བ་ལ་མངོན་  
 བར་དགའ་བ་ལས་བསྐྱོག་པས་ན། རི་སྤྱོད་འགྲོ་བ་ཀུན་མ་གྲོལ་བ་དེ་སྤྱོད་དུ་  
 མྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་མི་མངའོ། །དེ་ལྟར་ན། འདུག་བྱ་བསྟན་བཙུམ་ལྷན་གྱི་རང་

བཞིན་མ་ལུས་པ་བཤད་ཟིན་དོ། །

གསུམ་པ་བྱ་བ་མཐར་ཐྱིན་པའི་ཡན་ལག་ལ། རྒྱ་གར་ལ་བརྟེན་ནས་  
བྱས་པ། དགོས་པ་གར་གི་ཐྱིར་བྱས་པ། བྱས་པའི་དགེ་བ་བྱང་ཆུབ་དུ་བསྟོ་བ་  
དང་གསུམ་མོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲུབ་བཤད་པ་  
འདི་དག་འགའ་ཞིག་གི་ལུགས་ལ་བརྟེན་ནས་སམ་འོན་ཏེ་རང་དགར་སྒྲུབ་བ་  
ཡིན་ཅེ་ན། ལུགས་འདི་དག་སྟོང་སྟེ་གྲགས་ཀྱིས། །དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་ལས་  
བདུས་ནས། །ལུང་ཇི་བཞིན་དང་མན་ངག་ནི། །ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་བརྟོན་པ་ཡིན། །  
གོང་དུ་བཤད་པའི་ལུགས་འདི་ནི་སྟེ་བ་གྲགས་པ་བདག་གིས་དབུ་མ་རྩ་བའི་  
ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པ་སྟུ་སྟུབ་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་དག་ལས་དོན་ཇི་ལྟར་གཙོ་བོ་  
རྣམས་བདུས་ནས་ངེས་པའི་དོན་གྱི་ལུང་རྣམས་དང་། སྟུ་སྟུབ་ནས་བརྒྱད་པའི་  
སྟོབ་དཔོན་སྒྲུ་མའི་མན་ངག་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་བརྟོན་པ་ཡིན་གྱིས། །ཁོ་བོས་རང་  
བཟོར་སྒྲུབ་བཞིན་པ་ཡིན་ཅོ། །གཉིས་པ་བསྟན་བཅོས་བུན་མོང་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ་ནི།  
ཇི་ལྟར་ཆོས་འདི་གཞན་དག་ལ། །མེད་པ་དེ་བཞིན་ལུགས་འདི་ཡང་། །གཞན་ལ་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞེས། །མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་གྱིས། །ཇི་ལྟར་སྟོང་པ་  
ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་ཆོས་འདི་དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་ལས་གཞན་དག་ལ་ཐྱིན་ཅེ་མ་  
ལོག་པར་སྟོན་པ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བསྟན་བཅོས་འདིར་ལུགས་གར་ཞིག་བརྟེན་ལ་  
ལན་དང་བཅོས་པས་བསྟན་པ་དེའང་སྟུ་སྟུབ་ཀྱི་གཞུང་གི་རྩིས་སུ་འབྲངས་པའི་  
བསྟན་བཅོས་ལས་གཞན་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞེས་དོན་ལ་རྟོན་པའི་མཁས་པ་

རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། གྲུ་སྐྱབ་ཀྱི་ལུགས་ལུན་སོང་མ་  
 ཡིན་པ་ཁོ་བོས་བསྟན་བཅོས་འདིར་བཀོད་པ་འདི་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི། སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་  
 སྒྲོབ་མ་དག་གིས་ཀྱང་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་ལུགས་སྤྱོད་ཅི་མ་ལོག་པར་གསལ་པོར་མ་  
 བཀྲལ་ལོ་ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་དགོས་པ་གང་གི་སྤྱིར་བཙུམས་པ་ནི། སྒྲོབ་  
 དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་མི་ཤེས་པར་ཡི་གེ་ཅམ་ཐོས་པས་འཛིགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཆོས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཟབ་སོའི་ཚུལ་  
 སྟོན་པ་འདི་སྤངས་པས། དེའི་སྤྱིར་དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ནིད་སྤྱོད་ཅི་མ་  
 ལོག་པ་བསྟན་པའི་སྤྱིར་འདི་སྤྱིར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་པ། གྲུ་སྐྱབ་སྒྲོ་མཚོ་གིན་  
 ཏུ་རྒྱ་ཆེའི་ཁ་དོག་གིས་འཛིགས་པས། །སྒྲེ་བོས་ལུགས་བཟང་གང་དག་རྒྱང་རིང་  
 སྤངས་པས་དེ་ཡི་ཆོག། ལེའུར་བྱས་པའི་ཁ་འབུས་ཀུ་མུ་ཏེ་ཁ་བྱེ་བའི་ཚུས། །ད་ལྟ་  
 རྒྱ་བ་གྲགས་པ་དེ་རྣམས་རབ་ཏུ་སྒྲོབ་བར་བྱེད། །འཕགས་པ་གྲུ་སྐྱབ་ཀྱི་སྒྲོ་བྱོས་  
 ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་མཐའ་དཔག་པར་དཀའ་བའི་སྤྱིར་གིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཁ་དོག་གིན་ཏུ་  
 གནག་པ་དང་འདྲ་བའི་སྒྲེ་མེད་དང་སྒྲོབ་ཉིད་སོགས་ཀྱི་ཡི་གེ་ཅམ་ཐོས་པས་གིན་  
 ཏུ་འཛིགས་ཏེ། སྒྲོན་གྱི་བསྟན་བཅོས་མཛད་པ་པོ་ཐོགས་མེད་དང་དབྱེག་གཉིན་  
 ལ་སོགས་པའི་སྒྲེ་བོས་གྲུ་སྐྱབ་ཀྱི་ལུགས་བཟང་གང་དག་རྒྱང་རིང་ཏུ་སྤངས་པས་  
 དེའི་སྤྱིར་གྲུ་སྐྱབ་ཀྱི་སྒྲོ་བྱོས་ཀྱི་མཚོ་ལས་སྒྲེས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ཙུ་བའི་  
 ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པ་མེ་ཏོག་ཀུ་མུ་ཏེ་ཁ་འབུས་པ་ལྟ་བུ་དག་རྒྱ་བ་གྲགས་པའི་  
 སྒྲོ་བྱོས་ཀྱི་བསེལ་ཟེར་གྱིས་ཁ་སྤྱོད་ནས་དེའི་ནང་གི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ལེགས་



པར་བཤད་པའི་རྩ་ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྟན་པས་ད་ལྟ་བུ་བ་གྲགས་པས་སྐལ་པ་  
 དང་ལྟན་པའི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་མདོན་པར་འདོད་པའི་རེ་བ་རབ་དུ་སྒྲོང་བར་  
 བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་གནས་བརྟན་ཐོགས་མེད་དང་། དབྱིག་གཞིན་དང་། ཐོགས་ཀྱི་  
 སྒྲག་པོ་དང་། ཆོས་སྒྲོང་ལ་སོགས་པ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་མཛད་པ་པོ་བྱོན་ཟེན་པ་དེ་  
 དག་གིས་ཀྱང་ཡི་གེ་ཙམ་ཐོས་པས་འཛིགས་ཏེ་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་  
 ཟབ་མོ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་པའི་དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་འདི་སྤངས་སམ་ཞེ་ན།  
 དེ་སྒྲོང་དུ་སྒྲུའོ། །ཡང་འདི་ཇི་ལྟར་རྟོགས་པར་བྱ་ཞེ་ན། དེ་ཉིད་བཤད་ཟེན་ཟབ་  
 མོ་འཛིག་རུང་འདི་ནི་སྟོན་གོམས་ཉིད་ལས་སྒྲེ་བོ་ཡིས། །ངེས་པར་རྟོགས་འབྱུང་  
 འདི་ནི་གསལ་བྱ་ཆེ་ཡང་གཞན་གྱིས་ཁོང་དུ་ཁྱད་མི་འབྱུང་། །དེ་བྱིར་ཚུལ་ལུགས་  
 རང་སྟོས་སྒྱུར་བ་དེ་དག་མཐོང་ནས་བདག་དུ་བརྗོད་པ་ཡི། །གཞུང་ལུགས་རྣམས་  
 ལྟར་གཞན་ལུགས་བཞིན་གཞུང་འདི་ལས་གཞན་ལ་དགའ་སྟོད་དོར་བར་བྱ། །སྤར་  
 བཤད་ཟེན་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཟབ་མོ་འདི་ནི་སྐལ་  
 བ་དང་མི་ལྟན་པ་དག་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་སྒྲག་སྟེ་སྒྲུ་བཅངས་ཞེས་བྱེད་པར་འབྱུང་ཏེ།  
 བརྒྱ་པ་ལས། ཆོས་འདི་ཡི་ནི་མིང་ལས་ཀྱང་། །དམ་པ་མིན་པ་སྒྲག་པ་སྒྲེ། །གཞན་  
 ལ་འཛིགས་པ་མི་བསྒྲེད་པའི། །སྟོབས་ལྟན་ཞེས་བྱ་གང་ཞིག་ཡོད། །གང་གསུངས་  
 པ་ལྟར་རོ། །དེའི་བྱིར། འཛིགས་སུ་རུང་བ་འདི་ནི་སྟོན་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་གོམས་  
 པའི་ས་བོན་དང་ལྟན་པའི་སྟོ་བོས་རྒྱའི་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པར་རྟོགས་པར་འབྱུང་གི།  
 ཟབ་མོ་འདི་ནི་གསལ་བྱ་ཆེ་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ལྷག་པར་མོས་པའི་ས་བོན་དང་

བྲལ་བའི་སྒྲོབ་དཔོན་གཞན་གྱིས་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཐར་  
 པ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་གྲུབ་མཐའ་སྒྲུབ་པ་གཞན་གྱི་ལུགས་སྒྲུབ་ཀྱི་བཞེད་  
 གཞུང་འདི་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པ་རྣམས་ལ་དགའ་བའི་སྒྲོ་དོར་བར་བྱའོ། །རི་  
 ལྷར་ཞེ་ན། བདག་ཏུ་བརྗོད་པའི་མུ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་ཐར་པ་  
 འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་དོར་བྱ་ཡིན་པ་ལྟར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཚུལ་ལུགས་དེ་  
 དག་ནི་དངོས་པོར་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་རང་རང་གི་སྒྲོས་སྒྱུར་བར་བྱད་ཀྱི་བདེ་  
 བར་གཤེགས་པའི་དགོངས་པ་ལས་ཕྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་བྱས་  
 པའི་དགེ་བ་བྱང་ཆུབ་དུ་བསྒྲོ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཤད་པ། སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་  
 སྒྲུབ་ལུགས་བཟང་བསྟན་ལས་བདག་གིས་བསོད་ནམས་སྟོགས་ཀྱི་མཐར། རྩབ་  
 ཅིང་ཡིད་མཁའ་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་སྒྲོར་སྒྲོན་ཀའི་རྒྱ་སྒྲར་ལྟར་དགའ་བའམ། །  
 སེམས་ཀྱི་སྒྲུལ་ལ་གདེངས་ཀའི་མོར་བྱ་དང་འདྲ་གང་ཞིག་ཐོབ་པ་དེས། །འཇིག་  
 རྟེན་མ་ལུས་དེ་ཉིད་རྟོགས་ནས་སྒྱུར་དུ་བདེ་གཤེགས་སར་བགྲོད་ཤོག །སྒྲོབ་དཔོན་  
 གྲུ་སྒྲུབ་ཀྱི་ལུགས་བཟང་བདེན་པ་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་བསྟན་པ་ལས་ཟླ་བ་  
 གྲགས་པ་བདག་གིས་བསོད་ནམས་གང་ཞིག་ཐོབ་པ་དེས། །འཁོར་བ་ན་གནས་  
 པའི་འཇིག་རྟེན་མ་ལུས་པ་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་  
 རྟོགས་ནས་སྒྱུར་དུ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སར་བགྲོད་པར་ཤོག་ཅིག །བསོད་  
 རྣམས་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་ཅི་ན། སྟོགས་ཀྱི་མཐའ་མ་ལུས་པ་རྩབ་ཅིང་སྟོགས་པ་མེད་  
 པ་དང་། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཁ་དོག་གིན་དུ་སྒྲོ་

ཞིང་གནན་པར་བྱས་པའི་ཡིད་ཀྱི་ནམ་མཁར་སྟོན་ཀའི་ནམ་མཁུང་གི་རྒྱ་སྐར་དྲི་མ་  
མེད་པ་ལྟར་གྱིན་ཏུ་དཀར་བའམ། ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་རྟོག་གི་དུག་གིས་དགྲིས་  
པའི་སེམས་ཀྱི་སྒྲུལ་ལ་གདེགས་ཀའི་ལྷོ་ར་བྱ་རིན་པོ་ཆེ་དང་འདྲ་བ་ཞིག་གོ། བསྟན་  
བཅོས་མཐའ་དག་བཤད་ཟིན་ཏོ། །རྒྱ་གར་བལ་པོ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་རྣམས་སུ། །མདོ་  
དོན་སྒྲུབ་པའི་མཁས་པ་མང་བྱོན་ཡང་། །ཕལ་ཆེར་རྟོག་པས་སྒྲུབ་པའི་དོན་ཅུ་ལ།  
།མཁས་པར་བཟད་ཀྱི་དེ་ཉིད་དོན་ལ་མིན། །བྱུང་པའི་བསྟན་ལ་ཉིད་ཀྱི་དགོངས་པ་  
བཞིན། །འབྲུལ་མེད་སྒྲུབ་པ་འཕགས་པ་སྒྲུབ་པ་ཡིན། །དེ་ཡི་བཞེད་གཞུང་རབ་  
དཀར་ཀུན་ཏའི་ཆེལ། །ཇི་བཞིན་འབྱེད་པ་དཔལ་ལྷན་སྟེ་བ་ཡིན། །སྟོབ་དཔོན་  
དེ་དག་དགོངས་པ་འདི་ཡིན་ཞེས། །མཁས་རྣམས་མང་ཡང་སུ་ལ་ཅི་ཆ་ཡོད། །རྣམ་  
བཟླ་ཆོན་གྱི་རི་མོ་གསལ་བ་ཡི། །རྣམ་དབྱེ་དམུས་ལོང་དག་ལ་ཡོད་དམ་ཅི། །  
ལོང་བས་རིན་ཆེན་གཏེར་ཁ་བྱེད་པ་ལྟར། །རྣམ་དག་འཕགས་པའི་མིག་དང་མི་  
ལྟན་ཡང་། །རྒྱལ་དང་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱི་བྱིན་རྒྱབས་ལས། །རྟོན་འབྱུང་བཟ་མོའི་  
ལམ་འདི་ཁོ་བོས་རྟོད། །འདས་དང་མ་བྱོན་དེ་ལྟར་བཞུགས་པ་ཡི། །རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་  
བཅས་དགེས་པའི་ལམ་འདི་ཡིན། །འདི་ལས་གཞན་དུ་བྱར་པའི་ལམ་ཡོད་ཅེས། །  
སྒྲུབ་དེ་དག་གྱི་ནར་བདག་གིས་རྟོགས། །བྱོགས་བཅུར་བཞུགས་པའི་རྒྱལ་དང་  
དེ་སྤྲུལ་རྣམས། །མདོན་སུམ་བྱོན་ནས་དབྱངས་དང་མགྱིན་གཅིག་གིས། །འདི་  
ལས་གཞན་དུ་བྱར་པའི་ལམ་སྟོན་ཀྱང་། །བདག་སྟོབ་གཡོ་བ་མེད་དོ་གྲོགས་པོ་དག །  
དེའི་བྱིར་གང་དག་ཉམ་ངའི་ལམ་སྤངས་ནས། །བདེ་གཤེགས་དབྱེད་པའི་ལམ་



ལ་འཇུག་འདོད་ན། །དཀའ་དང་འབད་པ་བརྒྱ་ཕྱག་དག་གིས་གྱང་། །ཁྱུ་ཁྱབ་  
 ལུགས་བཟང་འདི་ལ་འཇུག་པར་རིགས། །འདི་མ་རྟོགས་ན་གཞུང་ལུགས་མང་  
 བསྐྱབས་གྱང་། །བདེ་གཤེགས་དགོངས་པ་རྟོགས་པའི་བྲབས་གཞན་མེད། །ཡལ་  
 ཆེར་རྟོག་པའི་དྲ་བ་སྤེལ་བའི་ཕྱིར། །སློ་གྲོས་ངལ་བ་ཙམ་ཞིག་ཐོབ་པར་བྱད། །  
 དེ་ཕྱིར་རང་ཉིད་དྲན་པ་གསོ་ཕྱིར་དང་། །སྐལ་བཟང་གཞན་ལའང་ཡན་པར་བྱ་  
 ཕྱིར་དང་། །ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་བུའི་ཕྱིར། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་  
 པའི་ལམ་འདི་བདག་གིས་བཤད། །རྣལ་བསམ་དག་པས་འདིར་འབད་དགོ་བ་  
 གང་། །སྟོན་ཟླའི་འོད་ལྟར་རབ་དཀར་དྲི་མེད་དེས། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་ཉོན་མོངས་  
 གདུང་བསལ་ནས། །ཐུབ་བསྟན་ཀུན་ཏའི་ཆ་ལ་རབ་རྒྱས་བྱེད་ཤོག། བདག་གི་མ་  
 འོངས་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །ཐུབ་བསྟན་གངས་རིའི་སྒོ་ལ་གནས་བཅས་ཏེ། །  
 བསྐྱབ་གསུམ་རལ་པའི་ཁུར་གྱིས་རབ་བརྒྱེད་ཅིང་། །སྟོང་ཉིད་སེང་གའི་ར་རོ་  
 སྒྲོགས་གྱུར་ཅིག །རྟག་ཆད་མཐར་ལྟའི་རི་བོ་ལྟར་སྤྲུག་ལ། །ཡུན་རིང་གནས་  
 བཅས་ཞེན་ལྟའི་དྲི་ཅན་རྣམས། །གང་ཞིག་མཐོང་རམ་མིང་ཙམ་ཐོས་པས་གྱང་། །  
 སྒྲག་འགྱུར་སྒྲ་བའི་སེང་གེ་བདག་གྱུར་ཅིག །རྟག་ཏུ་བདག་ནི་རབ་ཏུ་འབྱུང་བ་  
 དང་། །རྣམ་དག་ཚུལ་བྲིམས་དྲི་བཟང་དང་ལྟན་ཞིང་། །གཞན་དྲིང་མི་འཛོག་  
 སྒྲོབས་པ་ཐོགས་མེད་གྱིས། །རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་དམ་ཆོས་འཛིན་གྱུར་ཅིག །དབུ་  
 མ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གསལ་བའི་སྒྲིན་མ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི།  
 བདེ་བར་གཤེགས་པའི་གསུང་རབ་མཐའ་དག་གི་དགོངས་པ་མཐའ་བྲལ་དབུ་

མའི་ཚུལ་དུ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་ཤུག་འི་དགོ་སྒྲོང་གཞོན་ནུ་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱིས། དཔལ་ས་  
སྒྲུའི་ཆོས་གྲུ་ཆེན་པོར་སྦྱར་བའོ། །འདིས་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་མང་པོ་ལ་ཕན་  
ཐོགས་པར་གྱུར་ཅིག། །།

ཨོ་སྤྱི་སྤྱི། ཐུགས་རིས་ཞེན་པའི་གྲིབ་མས་བཅིངས་མིན་པར། །དཔང་  
དང་སྦྱར་གྱུར་ཆོད་མས་གྲུབ་པའི་ལྟ། །འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མཆོད་སྒྲོང་མཆོར། །  
སྒྲུ་མ་ཤུག་འི་རྒྱལ་པོས་འགྲོ་འདི་སྦྱངས། །ལྟ་དང་དྲང་སྒྲོང་གྲུབ་པས་མ་རྟོན་ཅིང་། །  
ནོར་བུ་དཔག་བསམ་སོགས་ཀྱིས་མི་མཆོན་པའོ། །ཆོས་སྒྲོའི་སྒྱུང་ཆེན་ཇི་སྟེད་  
འབབ་པ་ཡང་། །ཟབ་མོ་དབུ་མའི་བདུད་རྩིའི་རྗེས་མི་འགྲོ། །ཟབ་ཞི་སྒྲོས་བྲལ་  
འོད་གསལ་འདུས་མ་བྱས། །བདག་གིས་རྟོགས་འདི་གཞན་གྱིས་མི་ཤེས་ཞེས། །  
འཇིག་རྟེན་སྒྲོན་མ་སྟོབས་བཅུ་མངའ་བས་ཀྱང་། །ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ་ཆེན་རེ་ཞིག་བཤོམ་  
མཛད་པ། །དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་ལམ་ནི་འདི་ཡིན་ཀྱང་། །རྟག་ཆད་གཡང་  
ལ་རྒྱང་པ་འཆེལ་བས་ན། །གདུལ་བྱའི་སྒྲོ་ནི་མཐའ་ལ་ལྷུང་དོགས་པས། །དངོས་  
དང་བརྒྱད་པའི་ཚུལ་གྱིས་འདོམས་པར་མཛད། །རྒྱ་མཚོ་མཐོང་ན་འཇིགས་པ་སྒྱེ་  
བ་ལྟར། །དེ་ཡི་ཚུལ་ལ་འཇུག་པར་མི་རུས་མོད། །རྫོགས་སངས་རྒྱས་ལུང་རལ་  
པའི་གདེངས་ཀ་གཡོ། །ལུང་རིགས་དཔུང་པས་ཆོས་ཀྱི་གྲུ་བདེགས་པ། །འཕགས་  
མཆོག་སྒྲུ་སྒྲུབ་དེད་དཔོན་མཁས་པ་དེས། །ཐར་འདོད་ནོར་བུའི་སྒྲིང་དུ་འཇིག་  
བྱེད་པ། །ཞོ་ལས་མར་བཞེན་ཆོས་ཀྱི་ཉིང་ཁུ་འདིའི། །དེས་པའི་དོན་གྱི་ལམ་སྟོལ་  
ཆེན་པོ་ཐུས། །དེའི་གཞུང་ཀུན་འཁྱེད་སྒྲིང་ཆལ་འབྱེད་པའི་གཉེན། །དབུ་མའི་སྒྲིན་

ལམ་འཇུག་ལ་མི་དྲུབ་པའི། །དཔལ་ལྷན་སྒྲིབ་གྲགས་པའི་བསེལ་བེར་གྱིས། །  
 ཉིན་མོའི་འོད་བཞིན་ཀྱང་ཏུ་སྒྲུང་བར་མཛད། །གང་གི་དགོངས་དོན་ཟབ་མོ་དོ་  
 རྗེའི་གནས། །འཕགས་བོད་མཁས་པ་མང་པོས་སྤྱེ་བ་ལས། །རྟོགས་དཀའ་ཉུང་  
 དུའི་ངག་གིས་འདོམས་པ་ལ། །ཀྱང་གྱི་མཆོག་དང་ཡུལ་དུ་རབ་བསྐྱགས་པ། །  
 ཡོངས་རྫོགས་བསྟན་པའི་བདག་པོ་ས་སྐྱ་པའི། །འཇམ་མགོན་སྤྱོད་པའི་སེང་གེའི་  
 ལེགས་བཤད་ནི། །གཞུང་དོན་ཡོངས་འདུ་དཔལ་གྱི་འདབ་མ་ཅན། །འགྲེལ་ཆེན་  
 ཕན་བདེའི་འབྲུང་གནས་ཆེན་པོ་གང་། །རྗེ་བཙུན་སྤྱོད་པའི་བཞེད་པ་བསྐྱབ་པའི་  
 སྤྱད། །སྤྱར་གྱི་ཕྱི་མོའི་བཞིན་སྒྲོད་གཅིག་ཉིད་ལས། །རྣམ་པ་གྲངས་མེད་འཆར་  
 བའི་ལེགས་བྱས་ནི། །མདོན་འདུ་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་གང་བསགས་པས། །  
 ཐུབ་པའི་རིང་ལུགས་རིན་ཆེན་སྤྱིང་པོ་ཡུན་གནས་ཕན་བདེའི་འདོད་ཀྱི་འཛོ། །  
 འཇམ་མགོན་སྤྱོད་པའི་ཞབས་པད་རྟག་བརྟན་སྤྱོད་ཀྱི་རྫོགས་ལྷན་དཔལ་ལ་སྤྱོད། །  
 བདག་གྲང་སྤྱོད་ཀྱང་འཕགས་པའི་ཞོར་ལྷན་ཆོས་མིག་རྒྱལ་དང་བྲལ་བར་བྱོབ། །  
 རྒྱལ་བའི་བསྟན་ལ་གཅིག་ཏུ་སྒྲན་པས་དགེ་ལེགས་བསམ་མི་བྱུང་གྱུར་ཅིག །  
 ཅེས་བདེ་བར་གསལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཟབ་མོ་བྱུང་བར་  
 བཞི་ལྷན་གྱི་དབུ་མའི་དགོངས་འགྲེལ་བསྟན་བཅོས་འདིའི་འབྲུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་  
 པ་རྣམ་དཀར་སྤྱར་གྱི་སྒྲོ་མོ་ཆེ་འདི་ནི། །རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྗེ་སྤྱོད་པ་ལྷ་པོ་  
 འཇམ་དབྱངས་མཁའ་བརྟན་བཙུན་དབང་པོ་བཀའ་དྲིན་མཉམ་པ་མེད་པའི་ཞབས་རྒྱལ་  
 དྲི་མ་མེད་པ་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་རིག་པས་སྐལ་པ་བཟང་པོར་གྱུར་པ་འཇམ་དབྱངས་ཡོན་



གངས་ཅན་རིག་བཅུད་ཡས། རྗེ་བཙུན་རེད་མདའ་བ་གཞོན་ནུ་སློ་གྲོས་ཞབས་ཀྱི་གསུང་འབུམ་པོད་ལྟ་བུ།

---

ཏན་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་རྗེ་སྤྲུལ་མའི་དགོངས་བཞེད་ལྟར་བསྐྱབས་པའི་སྐབས་སུ་  
ཡོན་སྦྱར་བ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱར་བས། བདག་དང་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་དང་ཆོ་རབས་ཀྱན་ཏུ་ཕྱོགས་དུས་ཀྱི་རྒྱལ་བ་མ་ལུས་པའི་དམ་  
པའི་ཆོས་འཛིན་ཅིང་། གཟུགས་དང་སྦྲབས་པ་ཐོགས་པ་མེད་པའི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག །  
སཐ་དྲུ་ཀལྱ་ཏི་ལྟ་བུ། །

༣༣། །དབུ་མའི་ལྷ་བྲིད་བསྐྱེས་པ་བཞུགས་སོ། །

དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཆེལ་ལོ། །རི་རྒྱད་དུ་འཕགས་པ་བྱམས་  
བས་འདི་ན་དང་པོ་ཐོས་ལ་བརྟེན་ནས་རྩལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འབྱུང་། །རྩལ་  
བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལས་ཀྱང་ཡང་དག་དོན་ཡུལ་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་། །དེ་ལས་  
ཆོས་ཐོབ། ཅེས་དང་། འཕགས་པ་རྒྱ་རྒྱུ་བ་གྱིས་ཀྱང་། བསམ་གཏན་མེད་པར་  
ཤེས་རབ་ཡོད་མིན་ལ། །ཤེས་རབ་མེད་པར་ཡང་ནི་བསམ་གཏན་མེད། །དེ་གཉིས་  
གང་ལ་ཡོད་པས་སྤྲིད་པ་ཡི། །རྒྱ་མཆོག་གནག་རྗེས་ལྷ་བྱ་འཆེལ་བར་བཀྲིད། །  
ཅེས་དང་། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་གྱིས་ཀྱང་ཅི་ཅམ་གྱིས་ན་ཆོས་ལ་གནས་པ་  
ཡིན་ཞེ་ན། ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་ལ་མ་བརྟེན་པར་སྒྲོམ་པའི་སྒྲུབ་པ་འབའ་ཞིག་  
གིས་ཀྱང་ཆོས་ལ་གནས་པ་མ་ཡིན་ལ། །སྒྲོམ་པ་ལ་མ་བརྟེན་པར་ཐོས་པ་དང་  
བསམ་པའི་སྒྲུབ་པ་འབའ་ཞིག་གིས་ཀྱང་ཆོས་ལ་གནས་པ་མ་ཡིན་གྱི། གཉིས་ཀ་  
ལ་བརྟེན་ཅིང་གཉིས་ཀ་ལ་གནས་ན་ཆོས་ལ་གནས་པ་ཞེས་བུ་འོ། །ཞེས་གསུངས་

པས། དེའི་ཕྱིར་རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་དུ་བར་པ་དང་བམས་ཅད་མཆེན་པའི་གོ་  
 འཕང་དོན་དུ་གཉེར་བ་དག་གིས། དང་པོར་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་གསུང་རབ་  
 དང་། དེའི་དགོངས་འབྲེལ་རྣམ་པར་དག་པ་རྣམས་དགོ་བའི་གཤེས་གཉེན་ལ་  
 ལེགས་པར་མཉན་ཏེ་ཆོག་དང་དོན་གྱི་འབྲེལ་བ་མ་ནོར་བར་འཛིན་པའི་ཐོས་པ་  
 ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེའི་འོག་ཏུ་གཏན་ཆོགས་དང་། དཔེ་  
 ལ་སོགས་པ་ཡང་དག་པའི་རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོས་པའི་དོན་རྣམས་མཐའ་  
 གཞན་དུ་སྤྱོད་པའི་དགོས་པ་བསལ་ཏེ། ཇི་ལྟ་བུ་དང་། ཇི་སྟེད་པའི་དོན་རྣམས་  
 ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་བསམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་  
 རབ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེའི་འོག་ཏུ་གུས་སྦྱོར་དང་རྟག་སྦྱོར་གྱི་བརྩོན་འགྲུས་ལ་  
 བརྟེན་ནས་དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཅི་གཅིག་པའི་ཞི་གནས་དང་། ཡང་དག་པའི་  
 དོན་ཚུལ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་  
 པའི་སྦྱོར་བས། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་བྱག་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ་བསྐྱོམས་ཏེ།  
 གནས་ལུགས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་སྒྲོམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་  
 ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ནི་ཆོས་ཅན་ཇི་སྟེད་པ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཆོས་མངོན་པའི་  
 བསྟན་བཅོས་རྒྱས་བསྟུས་ཅི་རིགས་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་ཇི་ལྟ་བུའི་དོན་རྣམ་པར་  
 འབྱེད་པའི་དབུ་མའི་གཞུང་ལུགས་རྒྱས་བསྟུས་ཅི་རིགས་པ་མཉན་པ་དང་། བལྟ་  
 བ་ལ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

དེའི་འོག་ཏུ་བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ནི་ཇི་སྟེད་པ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་



དང་། རི་ལྷ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་  
ལ་དང་པོ་ནི་ཆོས་འདི་ཐམས་ཅད་མདོར་བསྡུས་ན་མིག་ལ་སོགས་པ་ནང་གི་  
ཁམས་དུག་དང་། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཕྱིའི་ཁམས་དུག་དང་། མིག་གི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་དུག་ཏེ། ཁམས་བཙུག་བརྒྱད་  
པོ་འདི་ཙམ་དུ་བྱེད་ཀྱི་འདི་ལས་ལྷག་པ་མེད། ཆད་པ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་མཐའ་  
གཅིག་དུ་ངེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་མིག་གི་ཁམས་ནི་འབྱུང་བ་བཞིའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ།  
མིག་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་གཟུགས་ཅན་དང་བའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྩ་བ་དང་། ལྷ་དང་། རྩེ་  
དང་ལུས་ཀྱི་ཁམས་རྣམས་ཀྱང་འབྱུང་བ་བཞིའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ། རང་རང་གི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པའི་རྟེན་དུ་གྱུར་བ། གཟུགས་ཅན་དང་བའི་མཆོད་ཉིད་ཅན་ལོ། །ཡིད་  
ཀྱི་ཁམས་ནི་རྣམ་ཤེས་ཆོགས་དུག་འདས་མ་ཐག་པའི་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པའི་རྟེན་བྱེད་  
པའི་མཆོད་ཉིད་ཅན་ལོ། །གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ནི་འབྱུང་བ་བཞིའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ།  
མིག་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་སྒྲོ་སེར་ལ་སོགས་པ་ཁ་དོག་དང་། རིང་བྱུང་ལ་  
སོགས་པ་དབྱིབས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་དྲི་དང་རོ་དག་ཀྱང་འབྱུང་  
བ་བཞིའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་རང་རང་གི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོ་ཡུལ་དྲི་ཞིམ་པ་དང་། དྲི་ར་  
བ་དང་། དྲི་མཉམ་པ་དང་། རོ་ཁ་བ་དང་། རྒྱར་བ་དང་། ཆ་བ་དང་། མར་བ་  
དང་། ལན་ལྟ་དང་། བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སོ། །རིག་བྱ་ནི་འབྱུང་བ་དང་  
འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི། ས་དང་། རུ་དང་། མེ་དང་། རྒྱ་  
རྣམས་ཏེ། གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ལུས་ལ་སྒྲ་བ་དང་། གཤེར་བ་དང་། དྲོ་བ་དང་།

ཡང་ཞིང་གཡོ་བར་སྒྲར་བའོ། །འབྱུང་འབྱུར་གྱི་རིག་བྱ་ནི། འབྱུང་བའི་རྒྱ་ལས་  
བྱུང་བ། ལུས་ཤེས་ལ་འཇམ་པ་དང་། རྩལ་པ་དང་། ཡང་བ་དང་། རྩི་བ་ལ་  
སོགས་སུ་སྒྲར་བའོ། །ཆོས་ཁམས་ནི། ཡིད་འབའ་ཞིག་གི་སྒྲིད་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་སྟེ།  
དེ་ལ་ནི་ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་གྱི་སྤང་པོ་སྟེ་སྤང་པོ་གསུམ་དང་།  
འདུས་མ་བྱས་ཏེ་ཆོས་མང་པོ་གཅིག་ཡོད་པས་དེ་དག་གི་མཆན་ཉིད་དབྱེ་བ་ལ་  
སོགས་པ་དེ་དག་ནི་ཡི་གེ་མངས་ཀྱི་དོགས་པས་མ་བྲིས་སོ། །མིག་གི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པའི་ཁམས་ནི་མིག་གི་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་ལ་དམིགས་པའི་  
རྣམ་པར་རིག་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྣ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནས་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པའི་བར་རྣམས་ཀྱང་གོ་རིམ་བཞིན་དུ། རྣ་བ་དང་། སྒྲ་དང་། རྩེ་དང་། ལུས་  
དང་། ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་དག་ལ་བརྟེན་ནས། སྒྲ་དང་། རྩི་དང་། རོ་དང་། རིག་བྱ་  
དང་། ཆོས་ཀྱི་བར་ལ་དམིགས་པའི་རྣམ་པར་རིག་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་དུ་རིག་  
པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཇི་ལྟ་བུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ནི། གང་ཟག་ལ་བདག་མེད་པ་དང་།  
ཆོས་ལ་བདག་མེད་པ་གཉིས་ཀྱིས་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ལ་དགག་བྱ་བདག་  
གི་ངོ་བོ་ངོས་གཟུང་། དེ་དགོད་པའི་རྒྱ་མཆན། དེ་འགོག་བྱེད་གྱི་རིགས་པ། བདག་  
མེད་ལ་སེམས་འཛིན་ཚུལ། བན་ཡོན་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དང་པོ་ནི།  
དུད་འགྲོ་ཡན་ཆད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་རང་འབྱུངས་སུ་ཡོད་པ་ར་དང་ར་  
ཡིར་འཛིན་པའི་བདག་འཛིན་འཛིན་ལྟ་ལྟན་སྒྲིམ་གྱི་ཞེན་ཡུལ་འདི་ཉིད་ཡིན་ལ།

འདི་ལྷ་སྟེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྟག་ཅིག་རང་དབང་ཅན་དུ་སྒྲོ་བཏགས་པ་ལྟར་ག་  
 སྒྲོ་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་མོད། ལྷ་སྟེགས་ཀྱི་སྒྲོ་མ་ཞེན་པ་ལྟར་ག་སྒྲོ་དུ་ཡང་མེད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། རང་དབང་འདི་ཞེས་སོགས་ཀྱི་ག་སྒྲོ་སྒྲོ་ཚོགས་འཛིག་རྟེན་ལ་གྲགས་གིང་  
 གཞོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞིས་པ་ནི། འདི་ག་སྒྲོ་དུ་གྲུབ་གྲུབ་དོན་དམ་པར་  
 མ་གྲུབ་པས་རིགས་པས་དགག་དགོས་ཏེ། འདི་ལ་རང་དབང་ཡིར་མཐོན་པར་ཞེན་  
 པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆགས་སོགས་ཞེན་མོངས་པ་བཅས་ཅད་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་  
 འགྲེལ་ལས། བདག་ཡོད་ན་ནི་གཞན་དུ་གཤམ། །བདག་གཞན་ཆ་ལས་འཛིན་དང་  
 སྒྲུང་། །འདི་དག་དང་ནི་ཡོངས་འགྲེལ་ལས། །ཞེས་པ་བཅས་ཅད་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར། །ཞེས་དང་། འཇུག་པ་ལས། ཞེན་མོངས་སྒྲོ་རྣམས་མ་ལུས་འཛིག་  
 ཚོགས་ལ། །ལྷ་ལས་བྱུང་བ་སྒྲོ་ཡིས་མཐོང་གྲུབ་ནས། །བདག་ནི་འདིའི་ཡུལ་དུ་  
 རྟོགས་བྱས་ནས། །རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིས་བདག་ནི་འགོག་པར་བྱེད། །ཅིས་བཤད་  
 པས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི། བདག་འདི་མེད་པར་རིགས་པ་གང་གིས་གཤམ་གཤམ་གཤམ་གཤམ་  
 ཏེ་འདི་སྒྲོ་པའི་རང་འཛིན་གྱི་བདག་འདི་བདེན་པར་གྲུབ་ན། གཟུགས་ལ་སོགས་  
 པའི་ཕྱར་པོ་རྣམས་དང་གཅིག་གཤམ་ག་དང་། དང་པོ་ལྟར་ན་ནི། ཕྱར་པོ་རྣམས་ནི་  
 གཟུགས་དང་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པ་དུ་མར་རིགས་པས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་  
 འཛིན་གྱི་ཡུལ་གྱི་བདག་ནི་གཅིག་ཅིང་དུ་སྒྲོང་བས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་མི་རིགས་སོ། །  
 གཞན་ཡང་ཕྱར་པོ་རྣམས་ནི་མི་རྟག་པར་རིགས་པས་གྲུབ་ཅིང་། རང་འཛིན་གྱི་



ཡུལ་ནི་སྤྱི་གཅིག་དུ་སྦྱོང་བས་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཡུང་པོ་དང་ཐ་དད་དུ་  
 གྲུབ་ཅེ་ན། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་གཟུགས་དང་། ཚོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་།  
 འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ་ཡུང་པོ་ལྷ་པོ་འདི་ཙམ་དུ་ཟད་ལ། དེ་དག་  
 ལས་ཐ་དད་པའི་བདག་ནི་རེ་ཤིག་མཛོན་སུམ་གྱིས་མ་དམིགས་ཏེ། མིག་ལ་  
 སོགས་པའི་དབང་པོའི་ཤེས་པ་རྣམས་ནི། གཟུགས་སོགས་སྤྱིའི་སྒྲིམ་ཆེད་ཀྱི་  
 ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་། རང་རིག་པ་ཡང་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་བདག་ལ་དམིགས་པར་མི་རིགས་སོ། །ཡུང་པོ་ལས་མ་གཏོགས་པར་བདག་  
 གི་རང་བཞིན་དང་འབྲས་བུ་གང་ཡང་མ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་གཏན་ཆོགས་མེད་པས་  
 རྗེས་སུ་དཔག་པས་ཀྱང་མ་གྲུབ་བོ། །གལ་ཏེ་ངའོ་སྟམ་པའི་སློབ་འདི་ཉིད་བདག་  
 གི་ཡུལ་ཅན་ཆེད་མ་ཡིན་སྟམ་ན། འདི་ནི་མཛོན་པར་ཞེན་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་  
 རྟོགས་པ་ཡིན་པས་མཛོན་སུམ་མ་ཡིན་ལ། གཏན་ཆོགས་གང་ལ་ཡང་མ་བརྟེན་  
 པའི་སྤྱིར་རྗེས་དཔག་ཀྱང་མ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་གོམས་  
 པའི་དབང་གིས་རྒྱ་མཚན་མེད་པར་ངའོ་སྟམ་དུ་རྫོམ་པ་ཙམ་དུ་ཟད་དོ། །དཔེར་ན།  
 ཐག་པ་ལ་སྒྲུལ་དུ་འབྲུལ་པ་བཞིན་ནོ། །བཞི་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
 རྣམ་པར་དབྱེད་ན་བདག་མ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་ངའོ་སྟམ་པའི་སློབ་ནི་ཐག་པ་ལ་སྒྲུལ་དུ་  
 འབྲུལ་པ་ལྟར་ཟད་དོ་སྟམ་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཡིད་ལ་བྱའོ། །ལྷ་པ་ནི་དེ་ལྟར་  
 བདག་མེད་པའི་དོན་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱེད་ཏེ་གོམས་པར་  
 བྱས་པ་ལས། གོམས་པ་རབ་ཀྱི་མཐར་སྤྱོད་པ་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་

ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་བདག་དང་བདག་གིས་འཛིན་པ་ལྷོག་ཅིང་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཐོབ་པར་  
འགྱུར་ཏེ། རི་སྐད་དུ། གང་ཕྱིར་བྱེད་པོ་མེད་ཅན་ལས་མེད་དེ། །དེ་ཕྱིར་བདག་  
ཉིད་མེད་པར་བདག་གི་མེད། །དེ་ཕྱིར་བདག་དང་བདག་གིས་སྟོང་ལྷ་བའི། །  
རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་སྦྱར་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་ལ་ཡང་ལྷ་ལས། དང་པོ་དགག་བྱ་བ་དེན་  
དངོས་ཀྱི་རང་བཞིན་ངོས་གཟུང་བ་ནི། བ་སྟོན་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ལྷན་སྐྱེས་  
ཀྱི་སྒོ་རང་དགའ་བ་འདིས་ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་བདེན་པར་མཛོན་པར་  
ཞེན་པ་གང་ཡིན་པ་ནི། རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཅམ་དུ་བྱད་ཀྱི་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་  
རང་ཞེན་དུ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སེམས་པའི་ཆོ་རིགས་པས་དགག་  
པར་བྱ་བ་ཡིན་ཅོ། །གཉིས་པ་དེ་དགག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དེ་ལྷ་བུའི་མཛོན་  
ཞེན་དེ་ནི་ཉོན་སྦྱིབ་ཀྱི་རྩ་བ་བདག་འཛིན་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། རིན་ཆེན་ཐེང་བ་ལས།  
རི་སྐད་སྦྱར་པོར་འཛིན་ཡོད་པ། །དེ་སྐད་དེ་ལ་རང་འཛིན་ཡོད། །རང་འཛིན་ཡོད་  
ན་ཡང་ལས་ཏེ། །དེ་ལས་ཡང་ནི་འཁོར་བར་འགྱུར། །ཅེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་  
ཉིད་ཤེས་སྦྱིབ་ཀྱི་ཡང་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། རྒྱད་སྒྲ་མ་ལས། འཁོར་གསུམ་རྣམ་པར་  
རྟོག་པ་གང། །དེ་ནི་ཤེས་བྱའི་སྦྱིབ་པར་འདོད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་  
སྦྱིབ་པ་གཉིས་སྦྱངས་ནས་བར་པ་དང་བམས་ཅད་མཁུན་པ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་  
དག་གིས་སྦྱིབ་གཉིས་ཀྱི་རྩ་བ་དངོས་པོ་ལ་མཛོན་པར་ཞེན་པ་སྦྱང་དགོས་ཤིང་།  
དེ་ཡུལ་བདེན་དངོས་བཀག་པའི་སྒོ་ནས་སྦྱང་དགོས་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། འདི་

ཡུལ་སུམ་ལྷུང་མེད་པར་ནི། །དེ་སྒྲོང་བར་ནི་རྣམ་མ་ཡིན། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་  
རོ། །

གསུམ་པ་བདེན་དངོས་འགོགས་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་སྒྲིག་ན་མཐའ་  
ཡས་ཤིང་། མདོར་བསྡུས་ན་དངོས་པོ་རྣམས་ནི་གཟུགས་དང་། སེམས་གཉིས་སུ་  
ཟད་ལ། གཟུགས་ཅན་རིལ་སྟོགས་པ་རྣམས་ནི་དང་པོར་འབྱུང་བ་བཞི་དང་།  
འབྱུང་འབྱུར་བཞི་སྟེ་རྩ་ས་བརྒྱད་དུ་སོ་སོར་དབྱེ་ཞིང་། དེའི་འོག་ཏུ་དེ་དག་རེ་རེ་  
ལ་རྟུལ་ཕྱར་བར་ཏུ་བཤིག་པས་རགས་པ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པའི་སྒྲོ་ལྗོག་ཅིང་། རྟུལ་  
ཕྱེན་རྣམས་ཀྱང་སྒྲོགས་ཀྱི་ཆར་སྟེ་བས་རྟུལ་ཕྱེན་གྱི་སྒྲོ་ཡང་སྒྲོག་ཏེ། དེ་ལྟར་རགས་  
པ་དང་། རྟུལ་ཕྱེན་ལས་མ་གཏོགས་པའི་སྤྱིའི་དོན་ཡང་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྤྱིའི་  
དོན་བདེན་པ་མེད་པར་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །སེམས་ཀྱང་འདས་མ་འོངས་ད་ལྟ་བ་  
གསུམ་དུ་དབྱེ་ཞིང་། དེ་ལ་འདས་མ་འོངས་གཉིས་ནི། འགགས་པ་དང་མ་སྐྱེས་  
པའི་སྤྱིར་བདེན་མེད་དུ་ངེས་སྒྲིལ། ད་ལྟར་བ་ཡང་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནས་  
ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བར་དུག་ཏུ་དབྱེ་ཞིང་། དེ་དག་རེ་རེ་ཡང་སྐྱེ་བའི་དུས་  
ལས་དུས་གཉིས་པར་མི་བསྐྱེད་པའི་སྐྱད་ཅིག་མ་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་  
ན་སེམས་ལ་རིལ་པོ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པའི་སྒྲོ་ལྗོག་པར་འབྱུར་རོ། །དེའི་འོག་ཏུ་  
སྐྱད་ཅིག་མ་དེ་ཉིད་ལ་ཡང་སྐྱེ་བ་དང་། གནས་པ་དང་། འགག་པའི་ཆ་གསུམ་  
ཡོད་དམ་མེད། མེད་ན་ནི་སྐྱེ་འགག་གནས་གསུམ་དང་བྲལ་བའི་སྤྱིར་འདུས་བྱས་  
སུ་མི་འབྱུར་ལ། ཡོད་ན་ནི་སྐྱད་ཅིག་མ་གཅིག་ཏུ་འགལ་ཏེ། ཆ་གསུམ་ཡོད་པའི་



ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱན་བཞིན་དུ་སྒྲོལ་བ་དག་ལ་པ་ཅམ་དུ་  
 ཟད་དོ། །ཞེས་ངེས་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་གཅིག་དང་དུ་མའི་རོ་བོ་ཉིད་དང་བྲལ་  
 བའི་ཕྱིར། སེམས་ཀྱང་བདེན་པ་མེད་སྟེ་མ་དུ་ཡང་དག་པར་ངེས་པར་ཡིན་ཅོ། །  
 སེམས་བདེན་པ་མེད་པར་ངེས་པ་ན། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་སེམས་བྱུང་དག་ཀྱང་བདེན་  
 པ་མེད་པར་བདེ་སྟག་ཏུ་ཏོག་ལ་པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན། ཅིག་པ་མེད་ན་དེ་  
 ལ་བརྟེན་པའི་རི་མོ་མི་འབྱུང་བ་བཞིན་ཅོ། །དེ་ལྟར་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་རིག་ལ་པས་  
 ཕྱི་དང་ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་བདེན་པ་བཀག་པ་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་  
 རྣམ་བུར་གི་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཇི་ལྟར་རུང་སྟེ་མ་ན། དབུ་མའི་གཞུང་  
 རྣམས་ནས་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་བྲལ་རང་གི་རིག་ལ་པ་ཇི་སྟེད་པ་དག་གིས་འཇིག་  
 ཏེན་པ་དང་། གྲུབ་མཐའ་སྟེ་བ་གཞན་དག་གི་ལྷན་སྟེས་དང་། ཀུན་བདག་ལ་ཀྱི་  
 འཇིན་པས་བདེན་པར་སྟོབ་བདག་པ་དག་བཀག་པར་ཟད་ཀྱི། ཁྱིམ་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 ཏོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་ལ་སྒྲུང་བ་དང་། འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་ཐོབ་དག་པ་འཇིག་  
 ཏེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་སྒྲུང་བའི་གཟུགས་ནས་རྣམ་མཁྱེན་ཀྱི་བར་གྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་དང་རྣམ་བུར་གི་ཏེན་འབྲེལ་སྟེ་མ་ལྟ་བུ་ཀུན་རྫོབ་རྣམས་ལ་ནི་སྐྱུར་པར་  
 བདབ་པ་མེད་དེ། དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་ཚུལ་  
 བཞིན་རྣམ་པར་སྟོབ་པ་ལ་མཁས་པའི་དམ་པ་རྣམས་དང་། འཕགས་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་ངེས་པའི་ཕྱིར། ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་གང་དུ་ཡང་མི་  
 ཞེན་ལ། ཀུན་རྫོབ་ཅམ་དུ་ཇི་ལྟར་སྒྲུང་བ་བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་

འབྱུང་བ་མི་བསྐྱུ་བ་ཉིད་དུ་ངེས་པའི་ཕྱིར། འཇིག་རྟེན་དང་བསྟན་བཅོས་ལ་གྲགས་  
 པའི་ཀུན་བྱང་གི་རྟེན་འབྲེལ་དག་ལ་ཡང་སྒྱུར་བ་འདེབས་པར་མི་བྱེད་དོ། །དེ་  
 བས་ན་མ་འགགས་པའི་སྒྲུང་བ་འདི་ཉིད་ལ་རྒྱ་འབྲས་མི་བསྐྱུ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་  
 དང་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་སྟོང་ཉིད་གཉིས་བྱས་པ་དང་མི་  
 རྟག་པ་བཞིན་དུ་དབྱེར་མེད་དུ་གནས་པ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ངེས་བྱེད་ཀྱི་སྟོ་གཉིས་  
 གྱང་ལན་ཚུན་རྒྱ་འབྲས་སུ་འབྲེལ་བ་གཅིག་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་བྱས་པ་ལ་མི་  
 རྟག་པས་བྱུང་བ་ངེས་པའི་གང་ཟག་གཅིག་གིས། གཞི་གང་དུ་བྱས་པ་ངེས་པ་  
 དེར་མི་རྟག་པར་ངེས་པའི་སྟོ་སྟེ་བ་ལྟར། དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྣམ་པར་  
 དབྱེད་པ་ལ་བཟོ་བའི་དབུ་མ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གྱང་། གང་གི་ཆོ་ས་བོན་ལས་སྐྱ་གྱ་  
 སྟེ་བར་ངེས་པ་དེའི་ཆོ། ས་བོན་དང་སྐྱ་གྱ་གཉིས་ག་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་  
 བར་ངེས་པར་འབྲེན་པ་ཡིན་ཏེ། བདེན་པའི་དངོས་པོ་ནི་གཞན་ལ་རག་མ་ལས་  
 པ་རྒྱ་འབྲས་མི་རུང་བར་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་  
 བ་ཉིད་མཐར་འཇོག་གི་ལྷ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཉིན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཕྱིན་  
 ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་སྟོན་པ་གཞན་ལས་བྱུང་བར་  
 དུ་འཕགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་རང་གི་སྟེ་བ་དངོས་པོར་སྒྲུབ་དག་རྟེན་  
 ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཁས་ལེན་དུ་ཟེན་གྱང་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་  
 དངོས་པོ་ཁོ་ན་ལ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་རྣམ་པར་འཛོག་ཅིང་། རྟེན་འབྲེལ་སྟོང་བ་  
 ཉིད་དུ་སྒྲུབ་པའི་དབུ་མ་པ་ལ་ཆད་པར་སྒྲུབ་པ་ཉིད་ཅེས་ཆོལ་བར་བྱེད་མོད། དེ་དག་

གིས་ནི་བསྐྱེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ནི་ད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་པའི་  
གསུང་གིས་གཅེས་པའི་མཛོད་རྟོན་འབྲེལ་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ནི་ད་ཤེས་པ་ལས་ཉམས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་དག་རྟོན་འབྲེལ་སྟོང་སྒྲུབ་ཚུལ་ལ་མ་སྟོན་པའི་རྩ་སྒྲུབ་དུ་  
བསམས་ནས། དེ་ནི་ད་དོན་དམ་པར་རིགས་པས་བཤེག་ནས་སྟོང་པ་ནི་ད་དུ་སྟོ་  
བའི་དབུ་མ་པར་སྟོམ་པ་དག་ཀྱང་རྟོག་ཆད་གྱི་ལྷ་བ་ངན་པའི་གཡང་ས་ཆེན་པོར་  
ལྷ་བའི་ཕྱིར། དབུ་མའི་ལམ་ལས་ཆེས་རིང་དུ་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ། །ཡང་དོན་དམ་  
བཛོད་བྲལ་ནམ་མཁའ་ལྷ་བུར་བརྟེན་པའི་དབུ་མའི་གཞུང་གི་ཚིག་ཅི་ཙམ་གོ་  
ཡུལ་དུ་བྱས་ནས། ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་བྱང་གི་རྟོན་འབྲེལ་སྟོ་མ་  
ལྷ་བུ་ལ་མི་བསྟུ་བའི་ངེས་པ་མ་ཐོབ་པར་སྟོང་སྒྲུབ་ཆེན་པོ་སྟོ་བ་དག་ཀྱང་ཡང་  
དག་པའི་མཐའི་གཡང་ས་ཆེན་པོར་ལྷ་བའི་ཕྱིན་པས་དབུ་མ་པ་ལྷ་བ་སྟོང་བ་ཡིན་  
ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཇི་སྒྲུབ་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྟོང་བའི་སྟོང་དུ་རྟོན་འབྲེལ་གྱིས་སྟོ་  
ང་པ་ལ་ངེས་པ་འདྲན། སྟོང་པས་རྟོན་འབྲེལ་ལ་ངེས་པ་འདྲན་པའི་སྟོ་ནས་རྟོན་  
འབྲེལ་དང་སྟོང་པ་བྱུང་དུ་འདུག་པར་རྟོགས་པ་ནི། དུས་གསུམ་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
ཐམས་ཅད་གྱི་བཤོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་བསྐྱེད་པའི་སྟོང་པོ་མཐའ་བྲལ་དབུ་  
མའི་ལམ་ཡང་དག་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྒྲུབ་དུ། དབུ་མ་སྟོང་པོ་ལས། ཁ་  
ཅིག་སྟུང་པོའི་ལྷོན་ཤིང་ཆགས། །གཞན་དག་རྣམ་ཤེས་བརྒྱལ་ཐོགས། །ཡང་  
དག་མཐའི་གཡང་སར་ཡང་། །མ་ལྷུང་རྒྱལ་བའི་བྱགས་སྒྲས་རོལ། །ཅེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་རོ། །



བཞི་པ་བདག་མེད་གྱི་དོན་དེ་ཉིད་ལ་སེམས་འཛིན་པའི་ཚུལ་ནི། རི་  
 སྐད་བཤད་པའི་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱི་  
 བ་གི་དངོས་པོ་བདེན་མེད་དུ་ཉོགས་པའི་སྒོ་དེ་ཡང་། དངོས་འཛིན་གྱི་སྒྲིལ་དོགས་  
 སེལ་བ་ལ་ཉེ་བར་མཐོང་བའི་བྱིར་དང་། ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་པ་ལ་ཉེ་བར་  
 མཐོང་བའི་བྱིར་། ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་འདོད་པའི་མཁས་པ་རྣམས་  
 གྱིས་དང་པོ་ཁོ་རང་སྤང་བར་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དབུ་མ་སྤྲོད་པོར། ཡང་དག་  
 ཀུན་རྩོབ་རྣམས་གྱི་སྐས། །མེད་པར་ཡང་དག་ཁང་བ་ཡི། །སྤྲོད་དུ་འཛིན་པར་བྱ་  
 བ་ནི། །མཁས་ལ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་གང་  
 དག་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་པས་རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་སྤྲོད་ཉིད་  
 ནི་ཆད་པའི་སྤྲོད་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་དེ་བསྒྲུམ་པས་ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་མི་སྐྱེ་ཡི།  
 ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པར་མི་རྟོག་པ་བསྒྲུམས་པས་རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལྷན་གྱི་སྤྲོད་  
 པ་ཉིད་མཛོན་དུ་བྱེད་པའི་ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་བོ་ཞེས་སྒྲུབ་དང་། ཡང་དེ་  
 ལྟར་བསྒྲུམས་པས་ཤེས་པ་གསལ་སྤྲོད་འཛིན་མེད་གྱི་ངོ་བོར་སྐྱེས་པ་ནི་ཡང་དག་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་དག་གིས་ནི་རྒྱ་ནག་ཏེ་ཤང་གི་ལུགས་མ་ནོར་  
 བར་གཟུང་བ་ཡིན་ཏེ། སྤྲོད་གཉིས་གྱི་གཉིན་པོ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་བྱུང་མོང་  
 མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་རྒྱུད་རིང་དུ་སྤངས་པའི་བྱིར་རོ། །ཡང་  
 སྤྲོད་གྱི་མཁས་པ་དག་སྤང་བ་བདེན་མེད་དུ་འཇུག་པའི་རིགས་ཤེས་རྗེས་དཔག་  
 དེ་ཉིད་གྱི་རྒྱུན་གོམས་པར་བྱས་པས་ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེའོ་ཞེས་སྒྲུབ་པ་ཡང་

འབྲང་པར་མ་མཐོང་སྟེ། ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་མཐར་འཛིན་གྱི་ལྷ་པ་ཐམས་  
 ཅད་དྲུངས་འབྱེན་བྱེད་གྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཡོད་མེད་མཐའ་འཛིན་གྱི་རྟོག་  
 པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ཞིང་མཐའ་གང་དུ་ཡང་མི་ཞེན་ལ། མཐའ་བྲལ་གྱི་དོན་  
 ལ་ངེས་པ་གཏིང་ཚུགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་གྱི་རྒྱུ་གོམས་པར་  
 བྱས་པ་ལས། གོམས་པ་རབ་གྱི་མཐར་ཐྱིན་པ་ན་ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྟེ་བ་  
 ཡིན་ཏེ། རྒྱ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བའི་བྱིར་དང་། བདེན་མེད་  
 དུ་འཛོག་པའི་རིགས་ཤེས་ནི། དངོས་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་ཡང་། དགག་པའི་  
 རྣམ་པ་ཅན་གྱི་མཐའ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་བྱིར་ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་རྒྱུར་  
 རུང་བ་མ་ཡིན་ཅོ། །དེའི་བྱིར་འཕགས་པས། རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོང་པ་ཉིད། །  
 ལྷ་ཀྱན་ངེས་པར་འབྱེན་པར་གསུངས། །གང་དག་སྟོང་པ་ཉིད་ལྷ་བ། །དེ་དག་སྐྱབ་  
 དུ་མེད་པར་གསུངས། །ཞེས་བདེན་དངོས་བཀག་པའི་སྟོང་ཉིད་དུ་མངོན་པར་  
 ཞེན་པ་ཡང་མཐར་བུག་སེམས་དཔའི་ཆེ་སྤང་བྱར་གསུངས་སོ། །དེ་བས་ན་བདེན་  
 མེད་འཇལ་བའི་རིགས་ཤེས་སྟེས་པ་ན། དབང་པོ་རྣམ་པོ་དག་ལ་ནི་དགག་བྱ་  
 བདེན་དངོས་མེད་པས་དེ་བཀག་པའི་བདེན་མེད་ཀྱང་དོན་ལ་མེད་པར་ཤེས་ནས་  
 བདེན་མེད་དུ་ཞེན་པ་ཡང་ལྷོག་ཅིང་། དབང་རྣལ་ཁ་ཅིག་ལ་རིགས་ཤེས་གྱི་སྟོབས་  
 ཀྱིས་དྲུངས་པའི་བདེན་མེད་དུ་དོན་ལ་གནས་སྟུང་པའི་ཞེན་པ་སྟེས་ན་བདེན་མེད་  
 ཉིད་དུ་ཡང་དོན་ལ་མེད་དེ། དགག་བྱ་བདེན་པ་མེད་པའི་བྱིར། དཔེར་ན་རི་བོང་  
 གི་རྩ་ལ་བཅད་དུ་མེད་པ་བཞིན། ཅེས་པས་ཞེན་པ་དེ་ལྷོག་ཅིང་། དེ་ལྟར་ན་སྤང་

བ་འདི་གནས་ལུགས་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་གང་དུ་ཡང་ཞེན་རུང་མ་ཡིན་པའི་མཐའ་  
བྲལ་དུ་རིགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས། དེས་པ་གཏིང་ཚུགས་པའི་རྩལ་གྱིས་རྟེན་པའི་ཤེས་  
རབ་འབད་མེད་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ལ། ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་ཅེ་གཅིག་པའི་ནི་གནས་ལ་  
བརྟེན་ནས་བསྒྲུལ་པར་བྱེད་པ་ནི། ཡང་དག་པའི་རྩལ་འབྱོར་སྒྲན་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །  
ཇི་སྐད་བཤད་པའི་རྩལ་འབྱོར་སྒྲུལ་པའི་རྩལ་འདི་ལ་ནི། དབུ་མ་ཐལ་རང་གི་ཤིང་  
ཏྲ་ཆེན་པོ་ཀྱན་དགོངས་པ་མི་མཐུན་པ་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ལྟ་བུ་དེ་ལྟ་བུའི་རྩལ་འབྱོར་བསྒྲུལ་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། གོམས་པ་རབ་  
ཀྱི་མཐར་ཕྱིན་པ་ན། ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་མཐའ་དག་སྦྲོང་བར་  
འགྱུར་ཏེ། སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀྱི་ཅ་བ་དངོས་པོར་མངོན་པར་ཞེན་པ་མཐའ་དག་སྦྲོང་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་ཡང་། དབུ་མ་རྒྱན་དུ། ཆོས་ལ་བདག་མེད་མཁས་པ་  
ཡིས། །རང་བཞིན་མེད་པར་གོམས་བྱས་ན། །ཕྱིན་ཅི་ལོགས་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །  
ཉོན་མོངས་སྒྲིབ་པ་མེད་པར་སྦྲོང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་བྲོས་བསམ་  
གྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཐབས་པའི་དོན་དེ་ཉིད་མངོན་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཞི་ལྷག་  
བྱུང་འབྲེལ་གྱི་རྩལ་འབྱོར་སྒྲུལ་པའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲུལ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པར་བྱ་  
བ་ནི་སྒྲ་མའི་མན་ངག་ལས་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་འདིར་མ་བྲིས་སོ། །བདག་  
མེད་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཉམས་སུ་སྒྲུང་བའི་རིམ་པ་འདི་ནི་  
འདོད་འདུན་ཅན་གྱི་སྒྲོབ་མ་དག་གིས་བསྐྱལ་བའི་དོར་ཤུགས་དགོས་སྒྲོང་གཞོན་ལུ་  
སློ་གྲོས་ཀྱིས་རྩ་སྒྲིང་རྒྱལ་བའི་དབེན་གནས་སུ་སྒྱུར་བའོ། ། །



༣༡། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་སྒྲོམ་པའི་མན་ངག་  
དང་པོར་མཛད་པ་བཞུགས་སོ། །

༼ལྷ་ཁྱིད་འབྲིང་པོའང་ཟེར༽

ཕྱོགས་བཅུར་བཞུགས་པའི་རྒྱལ་བ་དང་། །དེ་སྤྱི་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆེལ་  
ནས། །ཁྱུ་ལྔ་གཞུང་གི་རྗེས་འབྲངས་ནས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་མན་ངག་འབྲི། །  
འདིར་གང་དག་མོས་དགེ་ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་ལྷན་ཞིང་། སྤྱོད་མེད་པ་ཡང་  
དག་པར་རྗོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཞེ་བླ་བ་ནས་ཐོབ་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྣམས་  
ཀྱིས། དེའི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་། མ་ཆང་བ་མེད་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་  
བྱ་སྟེ། རྒྱ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་དང་། །ཁ་ཡར་བ་ལ་ནི་མདོན་པར་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་  
འབྱེན་པའི་རྣམས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མདོན་པར་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་སྤྱོད་མེད་  
པའི་བྱང་ཆུབ་དེའི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན་རྗེས་སྐད་དུ། གསང་བ་བའི་བདག་པོ།  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་སྤྱིང་རྗེའི་རྩ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་

སེམས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། གངས་ཀྱིས་མཐར་ཐྱིན་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་  
 བཅོམ་ལུན་འདས་ཀྱིས་མདོ་སྡེ་དེ་དང་དེ་ནས་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་རྣམས་འཕགས་  
 པ་སྤྱོད་ཀྱིས་མདོར་བསྡུས་ཏེ། རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱིང་བར། བདག་ཉིད་དང་ནི་འཛིག་  
 རྟེན་འདིས། །སྤྱོད་ཐུང་ཆུབ་ཐོབ་འདོད་ན། །དེ་ཡི་རྩ་བ་བྱུང་ཆུབ་སེམས། །རི་  
 དབང་རྒྱལ་པོ་ལྟར་བརྟན་དང་། །སྟོགས་མཐས་བརྟགས་པའི་སྤྱིང་རྗེ་དང་། །  
 གཉིས་ལ་མི་རྟོན་ཡེ་ཤེས་ལགས། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་དང་མཐུན་པར་དབུ་  
 མ་ལ་འདུག་པ་ལས་ཀྱང་། ཉན་ཐོས་སངས་རྒྱས་འབྱེད་རྣམས་བྱུང་དབང་སྟེས། །  
 སངས་རྒྱས་བྱུང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལས་འབྱུངས་ཤིང་། །སྤྱིང་རྗེའི་སེམས་དང་  
 གཉིས་སུ་མེད་སྟོང་དང་། །བྱུང་ཆུབ་སེམས་ནི་རྒྱལ་པོས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ཀྱང་རྫོབ་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་དོན་དམ་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་གཉིས་ཀའི་  
 རྩ་བ་སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་གསུམ་ནི་རྣམ་པ་གཤམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་  
 དང་རྒྱུན་མ་ཞོར་བ་དང་མ་ཆར་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིང་ཐོག་པ་མཆོག་ལ་  
 གཞོལ་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་མཁྱེན་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྣམས་ཀྱིས་  
 ཆོས་གསུམ་པོ་འདི་དག་ཉིད་ལ་འབད་པས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་ཐོག་མར་སྤྱིང་  
 རྗེ་ཆེན་པོ་བསྟོམ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་གཤམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིང་དང་། ཐོག་མ་དང་། བར་དང་། ཐ་མ་གསུམ་དུ། བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་  
 རྒྱ་གུ་མ་སྟེས་པ་བསྟེན་པར་བྱེད་པ་དང་། སྟེས་ཐོན་མི་ཉམས་ཤིང་འཕེལ་བར་  
 བྱེད་པ་དང་། འབྲས་བུ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་གྲུབ་པ་ཡུན་རིང་དུ་གདུལ་བྱའི་ཉི་བར་

སྒྲོང་པའི་གཞིར་གྱུར་པའི་རྒྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྷར་སྒྲོང་  
 རྗེ་ཅན་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱིས་ཉན་པའི་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་སྤྲུག་བསྐྱེལ་བམས་ཅད་  
 དང་བུལ་བའི་ཐར་པ་སྒྲན་མེད་པའི་གོ་འཕང་ལ་དགོད་པར་བུའོ་སྒྲུལ་དུ་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཅིང་། དེའི་ཐབས་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། །སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་ཉིད་སྒྲོང་  
 རྗེའི་རྒྱལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བཅུས་པ་ལ་བཏེན་ནས་བར་མ་དོར་ཉན་ཐོས་གྱི་སའམ།  
 རང་སངས་རྒྱས་གྱི་སར་མི་ལྷུང་བར་འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་རྣམ་མཁུན་གྱི་  
 ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་བུའོ། །འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་དེ་ཉིད་སྒྲོང་རྗེ་ཡུན་རིང་  
 དུ་གོམས་པར་བུས་པས་སྒྲིན་པའི་མཐུས་ལ་ཐོར་བ་ཇི་སྟེད་པར་གདུལ་བུའི་བསམ་  
 པ་དང་མཐུན་པར་ཆོས་གྱི་ལ་ཐོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིན་ལས་འཇུག་  
 པས། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་འཕགས་པའི་ཚོགས་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་རྒྱུད་པ་རྒྱུན་  
 མི་ཆད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་བས་ན་ཇི་ལྷར་བྱི་རོལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པ་ཐོག་  
 མར་སྤྲུག་ལ་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་པ་དང་། བར་དུ་སྐྱེས་ཟེན་གྱི་སྒྲོང་བུ་དང་ལོ་མ་ལ་སོགས་  
 པ་གོར་ནས་གོར་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པ་འགྱུར་བ་དང་། མཐར་གྱུབ་ཟེན་པའི་འབྲས་  
 བུ་ས་བོན་གྱི་རྒྱུད་པ་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་དེ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པ་དང་།  
 སྒྲེ་བོ་རྣམས་གྱི་ལོངས་སྒྲོང་གྱི་གཞིར་འགྱུར་བ་ལ། གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ས་བོན་དང་། རྒྱ་  
 དང་། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་པ་གཙོ་བོ་དང་འདྲ་བར་སྒྲོང་རྗེ་ཆེན་པོ་འདི་ཡང་།  
 སངས་རྒྱས་གྱི་ལོ་ཐོག་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་འདིའི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་གྱི་རྒྱའི་  
 གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་། ཆོས་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་པའི་



མདོ་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆོས་རབ་རྟུ་མང་པོ་ལ་བསྐྱོབ་  
 བར་མི་བགྱིའོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆོས་གཅིག་རབ་རྟུ་  
 རྟོགས་པར་བགྱིས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དེའི་ལག་མཐིལ་དུ་མཆིས་  
 སོ། །ཆོས་གཅིག་པོ་གང་ཞེ་ན། སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོ་འོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དབུ་མ་  
 འཇུག་པར་ཡང་། གང་ཕྱིར་བརྟེ་ཉིད་རྒྱལ་བའི་ལོ་ཐོག་ལུན་ཆོག་ས་འདིའི། །ས་  
 བོན་དང་ནི་སྤེལ་ལ་ཆུ་འདྲ་ཡུན་རིང་དུ། །ལོང་སྒྲོད་གནས་ལ་སྒྲིན་པ་ལྟ་བུར་འདོད་  
 གྱུར་པ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ན་ཐོག་མར་སྙིང་རྗེར་བསྐྱོད་པར་གྱིས། །ཞེས་གང་གསུངས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །

སྙིང་རྗེ་དེ་ཡང་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་གསུམ་རྟུ་འགྱུར་ཏེ།  
 འདི་ལྟར། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཆོས་ལ་དམིགས་པ་དང་། དམིགས་  
 པ་མེད་པའི་སྙིང་རྗེ་འོ། །དང་པོ་ནི་དམིགས་ཡུལ་སེམས་ཅན་ནམ་གང་ཟག་རྗེས་  
 ཡོད་ལ་དམིགས་ནས། དེ་སྤྱི་བསྐྱེལ་དང་བྲལ་བར་འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། ལུང་པོ་ཆོས་ཅམ་ལ་དམིགས་ནས་སོ། །གསུམ་པ་ནི་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་  
 བར་འབྱུང་བ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་ལ་དམིགས་ནས་སོ། །དེ་དག་གྱུང་གོ་རིམ་བཞིན་དུ། སོ་  
 སོ་སྒྲེ་བོ་དང་ཉན་རང་འཕགས་པ་དང་། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་རྣམས་ལ་ཡོད་ཅེས་  
 ཁ་ཅིག་འདོད་དེ། འདིར་ཐེག་པ་གསུམ་ཀའི་འཕགས་པ་ལ་ཕྱི་མ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་།  
 དེ་ཡང་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྷོག་པ་ཐ་དད་པའི་ཚུལ་དུ་ཡོད་དེ། དམིགས་ཡུལ་རང་  
 བཞིན་མེད་པའི་ཆ་ནས་དམིགས་པ་མེད་པ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་རྣམ་པར་འགྱུར་ཞིང་

མི་བརྟན་པའི་ཆ་ནས་ཆོས་ལ་དམིགས་པར་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་རེ་ཤིག་སེམས་  
 ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲིང་རྗེ་སྒྲིམ་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་དབུ་མ་འཇུག་པར། དང་  
 རྩེ་ར་ཞེས་བདག་ལ་མཛོན་ཞེན་ཅིང་། །བདག་གི་འདི་ཞེས་དངོས་ལ་ཆགས་བསྐྱེད་  
 བས། །ཟོ་ཆུན་འཕྱུན་ལྷར་རང་དབང་མེད་པ་ཡི། །འགྲོ་ལ་སྒྲིང་རྗེར་གྱུར་གང་དེ་  
 ལ་འདུད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྷར། སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ལ། འདི་ལྷར་བལྟ་བར་  
 བྱ་སྟེ། འཛིན་རྟེན་འདི་དག་ནི་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་སྤྱང་པོ་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཏུ་  
 མཛོན་པར་ཞེན་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་འོག་ཏུ་ར་བདག་ཏུ་གཟུང་བྱ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་  
 ལ་བདག་གིར་འཛིན་པར་བྱེད་དོ། །བདག་དང་བདག་གིར་གཟུང་བ་ལས་འདོད་  
 ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ལས་ཀྱང་  
 ལས་སོགས་པར་འགྱུར་ལ། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་འཁོར་བའི་སྐྱེ་  
 གནས་སྤྱ་ཆོགས་སུ་སྐྱེས་ནས། སྐྱེ་བ་དང་འཆི་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་སྤྱ་  
 ཆོགས་སྤྱང་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྷར་ན་འཛིན་རྟེན་འདི་ནི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་  
 ཐག་པས་དམ་དུ་བསྐྱམས་པ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་འཕྲུལ་འཁོར་མཁ་གྱིས་བསྐྱོད་  
 ཏེ་འཇུག་པ། ཁམས་གསུམ་གྱི་ཁྲོན་པ་ཆེན་པོའི་སྤྱིད་པའི་རྩེ་མོ་ནས་མནར་མེད་  
 པ་ལ་སྤྱུག་གི་བར་དུ་ཟབ་པའི་ནང་དུ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་འཕྱུན་པ། རན་སོང་  
 གསུམ་གྱི་ཐུར་དུ་འབད་པ་མེད་པར་རང་གི་རང་གིས་འཇུག་ཅིང་མཐོ་རིས་ཀྱི་གྲུན་དུ་  
 འབད་པས་དྲང་བར་བྱ་བ། མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པས་  
 ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། འདུ་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་

པ་དང་། མིང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྒྲེ་བའི་ཀུན་ནས་ཉིན་མོངས་པའི་གནས་སྐབས་  
 གསུམ་ཡོད་ཀྱང་འགལ་མེད་ལའོར་ལོ་བཞིན་དུ། ཐོག་མ་དང་། བར་དང་། བྱ་མ་  
 རོས་མི་ཟེན་པ། ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་སྒྲུག་བསྐྱལ་གྱི་སྒྲུག་བསྐྱལ་དང་། འགྱུར་བའི་  
 སྒྲུག་བསྐྱལ་གྱིས་གཅིག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། རྫོ་ཆུན་གྱི་རྒྱུད་ལ་འབྱུང་བའི་གནས་  
 སྐབས་དང་འདྲ་བ་ཞིག་ཏེ། གྱེ་མ་འདི་བམས་ཅད་ནི་བདག་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་  
 བཅས་གཏགས་པའི་པ་མ་གསུག་ཡིན་ན། འདི་དག་འདི་ལྟ་བུའི་གནས་སྐབས་ལས་  
 བར་ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲུམ་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཡོད་ལ་བྱ་སྟེ། རི་སྒྲིང་སེམས་རྒྱུད་དེའི་  
 དང་དུ་མ་གྱུར་གྱི་བར་དུའོ། །དེའི་འོག་ཏུ་དེ་ལས་ཐོགས་དབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཆོས་ལ་དམིགས་  
 པའི་སྒྲིང་རྗེ་སྒྲོམ་པར་བྱའོ། །ཐོག་མར་རང་གི་ཡུང་པོ་ལ་འདི་ལྟར་བཏགས་སྟེ། ཅི་  
 ཡུང་པོ་ཉིད་ལ་བདག་ཅེས་བྱ་བ་འགའ་ཞིག་ཡོད་དམ་འོན་ཏེ་མེད། ཡོད་ན་ཡུང་  
 པོ་དང་གཅིག་གམ་འོན་ཏེ་བྱ་དང་། དང་པོ་ལྟར་ན་ཡུང་པོ་རྣམས་མང་བའི་ཕྱིར། བདག་  
 ཀྱང་མང་པོ་དང་མི་ཏྲག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ན། དེ་ལྟར་ཡང་རུང་བ་མ་ཡིན་ལོ། །ཅི་  
 སྟེ་བྱ་དང་པར་ཡོད་ན་གཟུགས་ལས་རྣམ་གཤམ་བཞིན་དུ་ཡུང་པོ་ལས་བྱ་དང་པར་  
 བདག་ཏུ་དམིགས་པར་འགྱུར་ན་དེ་ལྟར་ཡང་མ་དམིགས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡུང་པོ་  
 འདི་ལ་བདག་ཅེས་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་གྱི། རྣམ་པར་རྟོག་པས་བདག་ཏུ་སྒྲོ་  
 བཏགས་པ་ཅུང་དུ་ཟད་དོ། །བདག་ཅི་འདྲ་བར་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་ཀུན་ཀྱང་  
 དེ་དང་འདྲ་ན། བདག་མེད་པའི་ཡུང་པོ་ལ་བདག་དང་བདག་གིར་བཟུང་ནས་ཐོག་  
 མ་མེད་པ་ནས་འཁོར་བའི་སྒྲུག་བསྐྱལ་དྲག་པོ་མི་ཟད་པ་སྒྲིང་བར་གྱུར་ཏེ། ཞེས་



ཇེས་པར་བྱས་ནས། གྱེ་མ་བདག་གིས་ཐོག་མ་མེད་པའི་པ་མ་དྲིན་ཅན་འདི་དག་  
 བདག་དང་བདག་གིར་འཛིན་པའི་འཆིང་བ་དམ་པོ་འདི་ལྷ་བྱ་ལས་གྲོལ་ན་ཅི་མ་  
 རུང་སྒྲུམ་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཡིད་ལ་བྱ་སྟེ། ཇི་སྲིད་ཡིད་དེའི་སྒྲུལ་བ་དང་ལྷན་པར་  
 འགྱུར་གྱི་བར་དུའོ། །དེའི་འོག་ཏུ་དེ་ལས་ཐོག་ས་དབྱུང་བའི་ཕྱིར་དམིགས་པ་མེད་  
 པའི་སྒྲིང་རྩེ་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །ཐོག་མར་འདི་ལྷ་ར་རང་གི་ཡུང་པོ་ལ་བརྟག་པར་  
 བྱ་སྟེ། བདག་མེད་པའི་ཡུང་པོ་འདི་ཉིད་རང་བཞིན་དང་བཅས་པ་ཞིག་གམ་འོན་ཏེ་  
 རང་བཞིན་མེད་པ་ཞིག་ དང་པོ་ལྷ་ར་ན་ཡུང་པོ་འདི་དག་སྟེ་བ་དང་འཛིགས་པ་ལ་  
 ཐོག་ས་པའི་རྒྱུ་པ་གཞན་དང་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མི་འབྱུང་དེ། རང་བཞིན་དང་  
 བཅས་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་བཞིན་ལ་ལྷོག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་བས་ན་ཡུང་པོ་འདི་དག་ནི་རྒྱ་ནང་གི་སྒྲི་བའི་གཟུགས་བརྒྱན་བཞིན་  
 དུ་དབྱུང་ནས་རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་ཐ་སྙད་དུ་སྟེ་བ་དང་འཆིང་བ་ལ་ཐོག་ས་པ་སྒྲུང་  
 བ་ཞིག་ཏེ། སྒྲིན་ཆད་བདག་གིས་ཆོས་ཉིད་འདི་ལྷ་བྱ་མ་རྟོགས་པས་འཁོར་བའི་  
 སྒྲུག་བསྐྱལ་སྟོང་ཞིང་། བདག་ཅི་འདྲ་བར་སེམས་ཅན་འདི་དག་གྱུར་དེ་འདྲ་བ་སྟེ།  
 གྱེ་མ་མར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་འདི་དག་གིས་ཆོས་ཉིད་འདི་ལྷ་བྱ་ཁོར་དུ་རྒྱུད་དེ།  
 དངོས་པོར་མཛོན་པར་ཞེན་པའི་འཆིང་བ་འདི་དག་ལས་གྲོལ་ན་ཅི་མ་ རུང་སྒྲུམ་  
 དུ་ཡིད་ལ་བྱའོ། །དེ་ལྷ་ར་སྒྲིང་རྩེ་བསྒྲོམས་པས་སེམས་རྒྱུད་དེའི་བདག་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་བ་ལ་བྱང་རྒྱུ་གི་སེམས་སྟེ་བས་དེའི་འོག་ཏུ་སྒྲི་མ་མཛོན་ཉིད་དང་ལྷན་པ་  
 ལ་གསོལ་བ་གདབ་སྟེ། སྒྲིན་པ་དང་འདྲུག་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་བྱང་རྒྱུ་གི་

མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་སྤངས་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་བདག་གིས་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་བསྐྱལ་པར་བྱའོ། །ཞེས་སེམས་  
བསྐྱེད་ཅིང་དམ་བཅས་པ་འདི་ཡང་། གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་བྲལ་བས་  
མི་འགྲུབ་པས་དེའི་ཕྱིར་དེའི་འོག་ཏུ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་  
ཅན་གྱི་དོན་དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲོམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །རྣམ་པར་  
མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཡང་ཞི་གནས་དང་བྲལ་བ་ལ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཞི་  
གནས་དང་བྲལ་བའི་ལྷག་མཐོང་ནི། མར་མེ་རླུང་གིས་བསྐྱེད་པ་ལྟར་རྣམ་པར་  
རྟོག་པའི་རླུང་གིས་བསྐྱེད་པས་མི་བརྟན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རྣལ་འབྱོར་  
པས་ཐོག་མར་ཞི་གནས་སྒྲོམས་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཆོག་གས་པ་ལས་  
འབྱུང་བས། དེའི་ཕྱིར་རྣལ་འབྱོར་པས་ཞི་གནས་ཀྱི་ཆོག་གས་ལ་བརྟེན་པར་བྱའོ། །  
དེ་ལ་ཞི་གནས་ཀྱི་ཆོག་གས་གང་ཞེ་ན། མཐུན་པའི་ཡུལ་ན་གནས་པ་དང་། འདོད་  
པ་རྒྱུང་བ་དང་། ཆོག་ཤེས་པ་དང་། བྱ་བ་མང་པོ་སྤངས་པ་དང་། རྩལ་བྲིམས་  
རྣམ་པར་དག་པ་དང་། འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྤངས་པའོ། །དེ་  
ལ་ཡོན་ཏན་ལྷ་དང་ལྷན་པ་ནི་མཐུན་པའི་ཡུལ་ན་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་  
གོས་དང་བས་ལ་སོགས་པ་ཆོག་གས་མེད་པར་རྟེན་པའི་ཕྱིར་རྟེན་སྤྲོ་བ་དང་། རླེ་བོ་  
མི་སྤྱན་པ་དང་དགྲ་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་གནས་བབང་བ་དང་། བད་མི་སྐྱེད་  
པའི་ཕྱིར་ས་བབང་བ་དང་། གྲོགས་རྩལ་བྲིམས་དང་ལྷ་བ་མཆོངས་པའི་ཕྱིར་གྲོགས་  
བབང་བ་དང་། ཉིན་མོ་སྐྱེ་བོ་མང་པོས་མ་གང་བ་དང་། མཆོན་མོ་སྤྲོ་བའི་

ཕྱིར་ལེགས་པར་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་གོས་དང་བསོད་སྟོམས་ལ་སོགས་པ་  
 བཟང་པོ་དང་མང་པོ་ལ་དོན་དུ་གཉེར་བ་མེད་པ་དང་། ཇི་ལྟར་རྟེན་པའི་རན་ངོན་  
 ཙམ་གྱིས་ཆོག་པའི་ཕྱིར། གོ་རིམ་བཞིན་དུ་འདོད་པ་ཁུང་བ་དང་། ཆོག་ཤེས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །བྱ་བ་མང་པོ་སྤངས་པ་གང་ཞེ་ན། ཞིང་ལས་དང་ཆོང་ལས་ལ་སོགས་  
 པའི་ལས་རན་པ་སྤངས་པ་དང་། ཁྱིམ་པ་དང་རབ་དུ་བྱུང་བ་སོགས་དང་ན་ཅང་སྟོས་  
 འདྲེས་བྱེད་པ་སྤངས་པ་དང་། སྒྲན་དང་སྒྲར་རྩིས་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་སྤངས་  
 པའོ། །ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་གང་ཞེ་ན། སོ་སོར་བར་པ་དང་། བྱང་སེམས་  
 གྱི་སྟོམ་པ་གཉིས་ཀ་དག་ལ་ཡང་རང་བཞིན་དང་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བས་  
 བསྟུས་པའི་བསྟུབ་པའི་གཞི་བམས་ཅད་མི་འདྲལ་ཞིང་། གལ་ཏེ་བག་མེད་པར་  
 གྱུར་པས་དྲལ་ན་ཡང་སྦྱར་བ་སྦྱར་བར་འགྱོད་པ་དང་ལྷན་པས་ཆོས་བཞིན་དུ་བྱེད་  
 པའོ། །རི་སྐད་དུ། འདོད་པ་རྣམས་ནི་ལུང་བ་བསྐྱེད་པ་སྟེ། །ཀིམ་པའི་འབྲས་  
 འདྲར་བྱབ་པའི་དབང་པོས་གསུངས། །ཞེས་པ་ལྟར། འདོད་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ཆེ་  
 འདི་དང་སྦྱི་མར་ཉེས་དམིགས་རྣམ་པ་མང་པོར་འགྱུར་བར་ཡིད་ལ་བྱ་ཞིང་། དེ་  
 དག་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྤང་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཞི་གནས་ཀྱི་ཆོགས་བསགས་  
 པའི་འོག་དུ་དེ་སྟོམ་པ་ལ་འདུག་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་རྣལ་འབྱོར་པས་ཐོག་མར་བྱ་  
 བ་ཅི་ཡོད་པ་བམས་ཅད་རྫོགས་པར་བྱས་ནས། སྒྲའི་ཆེར་མ་མེད་པའི་ཕྱོགས་སུ་  
 བདག་གིས་སེམས་ཅན་བམས་ཅད་བྱང་ཁུབ་ཀྱི་སྟོང་པོ་ལ་དགོད་པར་བྱའོ། །  
 ལྷམ་དུ་བྱང་ཁུབ་ཀྱི་སེམས་མངོན་དུ་བྱས་ལ། ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་





ནས། རི་ལྷར་ལེགས་པར་བསམས་པའི་ཚེས་དེ་དག་ཉིད་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་། སེམས་  
གང་དག་གིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་སེམས་དེ་ནང་དུ་རྒྱན་ཆགས་སུ་ཡིད་ལ་བྱེད་དོ། །  
དེ་དེ་ལྷར་ཞུགས་ཤིང་དེ་ལ་ལན་མང་དུ་གནས་པ་དེ་ལུས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་འབྱུང་  
བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ནི་གནས་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྷར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞི་གནས་  
ཡོངས་སུ་ཚེ་ལ་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྷར། རྒྱལ་འབྱོར་པས་མདོའི་སྡེ་  
ལ་སོགས་པའི་གསུང་རབ་མཐའ་དག་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་འབབ་ཅིང་དེ་བཞིན་ཉིད་  
ལ་གཞི་ལ་བའོ། །ཞེས་ཐམས་ཅད་མཚན་ཉིད་གཅིག་པར་བསྟུས་ནས། མདོ་སྡེ་  
གང་ཡང་དུང་བ་གཅིག་ལ་སེམས་ཉི་བར་བཞག་པར་བྱའོ། །ཡང་ན་འཕགས་པ་  
ཉིང་དེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། གསེར་གྱི་མདོག་ལྷ་བུའི་སྦྱ་ལུས་གྱིས། །འཛིག་ཏེན་  
མགོན་པོ་ཀུན་ཏུ་མཛེས་པ་སྟེ། །དམིགས་པ་དེ་ལ་གང་གི་སེམས་འདུག་པ། །བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་མཉམ་བཞག་ཅེས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྷར། རྒྱལ་བའི་སྦྱ་  
གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་ཚོན་གང་ཅམ་པ་སྦྱེ་མཆེད་ཤིན་ཏུ་དོད་པ་གཅིག་རང་གི་ལྷ་  
སྦྱངས་གྱི་ཐང་གྱི་མཐོ་གང་ཅམ་གྱི་ནམ་མཁའ་ལ་བསྐྱེད་ནས། དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་  
པ་ཉི་བར་བཞག་པར་བྱའོ། །མཐར་དམིགས་པ་དེ་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལ་བར་གྱུར་པ་ན།  
སྦྱ་དེའི་སྦྱོན་མཚམས་གྱི་དབུས་སུ་མཛོད་པུ་དཀར་ལ་འཆེར་བ་ཉུངས་དཀར་ཅམ་  
ཞིག་བསྐྱེད་ནས་དེ་ལ་སེམས་ཉི་བར་བཞག་གོ། །དེ་ལྷར་དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཉི་  
བར་བཞག་པ་ན། གལ་ཏེ་སྦྱགས་དང་གཉིད་གྱིས་ནོན་ནས་སེམས་ནང་དུ་བྱིང་  
ངས་བྱིང་དུ་དོགས་པར་མཐོང་བའི་ཚེ། མཚོག་ཏུ་དགའ་བའི་དངོས་པོ་སངས་རྒྱས་

དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དྲན་པའམ་སྒྲུང་བའི་འདུ་གཤིས་  
 ཡིད་ལ་བྱའོ། །དེ་ནས་བྱིང་བ་ནི་བར་བྱས་ནས། ཅི་ནས་ཀྱང་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་  
 ལ་སེམས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་བྱའོ། །གང་ཆེ་སེམས་ཕྱི་རོལ་ཏུ་  
 རྣམ་པར་འཕྲོ་ཞིང་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 རྟོན་དམ། རྟོན་དུ་དོགས་པ་དེའི་ཆེ་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་དང་། ལྷག་  
 བསྐྱལ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་བར་འགྱུར་བའི་མཚན་མ་ཡིད་ལ་བྱས་ནས། རྣམ་པར་  
 གཡེང་བ་ནི་བར་བྱས་ཏེ། དྲན་པ་དང་གཤིས་བཞིན་གྱིས་སེམས་དམིགས་པ་ལ་ཉེ་  
 བར་གདག་པར་བྱའོ། །

གང་གི་ཆེ་བྱིང་རྟོན་གྱི་མི་ཉམས་པ་མེད་པར་སེམས་དམིགས་པ་ལ་ལྷུན་  
 གྱིས་གྲུབ་པར་འདུག་པ་དེའི་ཆེ། གཉེན་པོ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྩོལ་བ་  
 སྟོན་ལ་གཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་ལ། གནས་སྐབས་དེ་ལྟ་བུ་ལ་རི་སྒྲིང་འདོད་ཀྱི་  
 བར་དུ་འདུག་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ནི་གནས་གོམས་པར་བྱས་པ་ལ། རྣལ་འབྱོར་  
 པའི་ལུས་དང་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྒྱུར་ས་པ་ཐོབ་སྟེ། ལུས་རས་བལ་གྱི་འདབ་མ་ལྟར་  
 ཡང་བ་དང་། སེམས་དམིགས་པ་ལ་རི་ལྟར་འདོད་པ་ལྟར་བཞོལ་དུ་རུང་བར་  
 གྱུར་པ་དེའི་ཆེ། ཞི་གནས་གྲུབ་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །

ལྷག་མཐོང་དང་བྲལ་བའི་ནི་གནས་ཙམ་གྱིས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པར་  
 གཞོན་པར་རུས་ཀྱང་། བག་ཉལ་ལ་སོགས་པ་འཛོམས་པར་རུས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཞི་གནས་ནི་དམིགས་པ་ལ་རྩེ་གཅིག་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི། གནས་ལྷགས་རྣམ་པར་



འབྲེང་པའི་མཐུ་མེད་པས། ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཕ་བ་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལ་  
 མི་གཞོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འཕགས་པ་དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་  
 པ་ལས། བསམ་གཏན་གྱིས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་པར་གཞོན་ཏེ། ཤེས་རབ་གྱིས་  
 ནི་བག་ལ་ཉལ་འཛིམས་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་བཀའ་བསྟུན་ཞིང་། འཕགས་པ་ཏིང་  
 རེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས་ཀྱང་། ཏིང་རེ་འཛིན་དེ་བསྒྲམ་པར་བྱེད་མོད་ཀྱི། །དེས་ནི་  
 བདག་ཏུ་འདུ་ཤེས་འཛིག་མི་བྱེད། །དེ་ཡི་ཉོན་མོངས་ཕྱིར་ཞིང་རབ་འབྲུགས་ཏེ། །  
 ལྷག་སྒྲིང་འདི་ན་ཏིང་འཛིན་སྒྲམ་པ་བཞིན། །གལ་ཏེ་ཆོས་ལ་བདག་མེད་སོ་སོར་  
 ཏྲིག །སོ་སོར་དེ་བརྟག་གལ་ཏེ་བསྒྲམ་པ་ནི། །དེ་ཉིད་ཟུང་ན་འདས་ཐོབ་འབྲས་  
 ཐུའི་རྒྱ། །རྒྱ་གཞན་གང་ཡིན་དེས་ནི་ཞི་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་སྡེ་སྒྲིང་ལས་ཀྱང་། གང་དག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡེ་སྒྲིང་གི་  
 ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་འདི་མ་ཐོས། འཕགས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་མ་ཐོས་པར་ཏིང་རེ་  
 འཛིན་ཅམ་གྱིས་ཆོག་པར་འཛིན་པར་ཐོབ་པ་ནི། ང་རྒྱལ་གྱི་དབང་གིས་མངོན་  
 པའི་ང་རྒྱལ་ཏུ་ལྷུང་ཞིང་། སྡེ་བ་དང་། རྒྱ་བ་དང་། བ་བ་དང་། ཟུང་ན་དང་སྡེ་  
 རྒྱགས་འདོན་པ་དང་། རྒྱག་བསྟུལ་བ་དང་། ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་། འབྲུག་པ་ལས་  
 ཡོངས་སུ་མི་གྲོལ། རྒྱག་བསྟུལ་གྱི་ཐུང་པོ་ལས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་མི་གྲོལ་ཏེ། དེ་ལ་  
 དགོངས་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་འདི་སྐད་ཅེས། གཞན་ལ་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་  
 ཐོབ་པ་ནི། རྒྱ་གི་ལས་ཡོངས་སུ་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཅེས་བཀའ་བསྟུན་ཏེ།  
 ཞེས་སོ། །

དེ་བས་ན་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་འདོད་  
 པས། ཞི་གནས་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷག་མཐོང་བཅའ་བར་བྱ་སྟེ། ཞི་གནས་དང་ལྷག་  
 མཐོག་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས་སྒྲིབ་པ་མ་ལུས་པར་བྱངས་འབྱོར་ནུས་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར། འཕགས་པ་དགོངས་པ་རིས་པར་འབྲེལ་བ་ལས། ངས་  
 ཉན་ཐོས་རྣམས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ནི་རྣམ་པ་དུ་མར་བསྟན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
 ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གིས་བསྟུས་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ཡིན་རོ། །དེ་བས་ན་རྣལ་འབྱོར་པ་ཞི་གནས་ཐོབ་པར་ལྷག་མཐོང་བསྒྲོམ་པ་ལ་  
 བརྩོན་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་ལྷག་མཐོང་གི་ཆོགས་དང་ལྷན་པ་ལ་ལྷུང་དུ་འབྲུབ་པས་  
 དེའི་ཕྱིར་ཐོག་མར་ལྷག་མཐོང་གི་ཆོགས་ལ་བརྟེན་པར་བྱའོ། །ལྷག་མཐོང་གི་  
 ཆོགས་གང་ཞེ་ན། སྒྲེས་བྱ་དམ་པ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། དམ་པའི་ཆོས་ཉན་པ་དང་།  
 ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ། །སྒྲེས་བྱ་དམ་པ་རྗེ་ལྷུང་བྱ་ལ་བརྟེན་ཅི་ན། ཟུན་དུ།  
 བཤེས་གཉིན་དུ་ལ་བ་ཞི་བ་ཉེར་ཞི་བ། །ཡོན་ཏན་ལྷག་པ་བརྩོན་བཅས་ལུང་གིས་  
 ལྷག་ །དེ་ཉིད་ལེགས་པར་རྟོགས་པ་སྒྲུ་མཁས་ལུན། །སྟོང་རྗེའི་བདག་ཉིད་སྒྲོ་བ་  
 སྒྲངས་ལ་བརྟེན། །ཅིས་པའམ། ཡང་ན་མང་དུ་ཐོས་པ་དང་། སྒྲུ་མཁས་པ་དང་།  
 སྟོང་རྗེ་དང་ལྷན་པ་དང་། དཀའ་སྤྱད་ཀྱི་སྒྲོ་བ་བཟོད་པའོ། །དམ་པའི་ཆོས་ཉན་  
 པ་གང་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྟེ་སྟོང་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་དང་། དེ་དག་གི་  
 དགོངས་འབྲེལ་དུ་ལྷུང་བའི་བསྟན་བཅོས་རྣམ་པར་དག་པ་རྣམས་ལ་ཤིན་དུ་གུས་

པར་བྱས་ཏེ་ཉན་པའོ། །རྩེ་ལ་བཞུགས་ཡོད་ལ་སེམས་པ་གང་ཞེ་ན། རི་ལྷ་ར་ཐོས་  
པའི་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་ལུང་དང་རིགས་པས་རྩེ་ལ་བཞུགས་དུ་གཏན་ལ་  
ཐབས་ཏེ། ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་ངེས་པར་བྱེད་པའོ། །དེ་ལྷ་ར་ལྷག་མཐོང་གི་ཚོགས་  
དང་ལྷན་པའི་རྣལ་འབྱོར་པས་སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་གཉིས་པོར་བདག་མེད་པ་རྣམ་པ་  
གཉིས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྒྲུམ་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྷ་ར་ལུང་པོ་གང་ཟག་གི་བདག་  
མེད་པར་རྟོགས་པས་ནི། ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲོངས་ལ། ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་  
པ་རྟོགས་པས་ནི་གེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲོང་པའི་བྱིར་པོ། །

དེ་ལ་ཡང་ཐོག་མར་ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིབ་པའི་གཉིས་པོར་གང་ཟག་གི་  
བདག་མེད་པ་བསྒྲུམ་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་ཡང་དབུ་མ་ལ་འཇུག་པར། ཉོན་མོངས་  
སྒྲོན་རྣམས་མ་ལུས་འཛིག་ཚོགས་ལ། །ལྷ་ལས་བྱུང་བ་སྒྲོ་ཡིས་མཐོང་རྒྱར་ཅིང་། །  
བདག་ནི་འདིའི་ཡུལ་དུ་རྟོགས་བྱས་ནས། །རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིས་བདག་ནི་འགོག་  
པར་བྱེད། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྷ་ར། ཡུལ་བདག་བཀག་པའི་སྒྲོ་ནས་བདག་འཛིན་  
སྒྲངས་དགོས་པས་དེའི་བྱིར་རྣལ་འབྱོར་པས། གལ་ཏེ་ལུང་པོ་བདག་ཡིན་ན། །སྒྲེ་  
དང་འཛིགས་པ་ཅན་དུ་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ལུང་པོ་རྣམས་ལས་གཞན། །ལུང་པོའི་  
མཚན་ཉིད་མེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། ལུང་མིན་ལུང་པོ་ལས་གཞན་མིན། །  
དེ་ལ་ལུང་མེད་དེར་དེ་མེད། །དེ་བཞུགས་གཤེགས་པ་ལུང་ལྷན་མིན། །དེ་བཞུགས་  
གཤེགས་པ་གང་ཞིག་ཡིན། །ཅིས་སོགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ལུང་པོ་ལ་གཅིག་  
དང་ཐ་དད་པའི་བདག་ཡོད་མེད་དབྱེད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྷ་ར་དབྱེད་ཏེ་བདག་ཅུང་





བ་ལགས་སོ། །གང་མི་རྟག་པ་དེ་བདེ་བའམ་སྟག་བསྟེལ་བ་ཡིན། བཅུན་པ་སྟག་  
 བསྟེལ་བ་ལགས་སོ། །གང་མི་རྟག་པ་སྟག་བསྟེལ་བ་རྣམ་པར་འབྱུང་བའི་ཆོས་  
 ཅན་དེ་ལ། འདི་ནི་ངའོ་འདི་ནི་ངའི་འོ། འདི་ནི་ངའི་བདག་གོ་ཞེས་པ་ལྟར་རུང་  
 རམ། བཅུན་པ་འདི་ནི་མ་ལགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འདུས་བྱས་མི་རྟག་  
 པར་རྟོགས་པ་ལས། ཟག་བཅས་སྟག་བསྟེལ་དུ་རྟོགས་པ་དང་། དེ་ལས་སྤང་བོ་  
 བདག་མེད་པར་རྟོགས་པ་འབྱུང་བས། དེའི་ཕྱིར་ཐོག་མར་མི་རྟག་པར་བསྐྱོམ་  
 པར་བྱའོ། །མི་རྟག་པ་དེ་ཡང་རྒྱན་དང་། སྐད་ཅིག་གི་བྱེ་བྲག་ལས་རྣམ་པ་གཉིས་  
 ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྒྱན་གྱི་མི་རྟག་པ་འདི་ལྟར་སྐྱོམ་པ་གཉིས། ཇི་སྐད་དུ་མདོ་ལས།  
 སྤང་གསུམ་མི་རྟག་སྟོན་ཀའི་སྤྲིན་དང་འདྲ། །འགྲོ་བའི་སྐྱེ་འཆི་གར་ལ་བལྟ་དང་  
 མཚུངས། །སྐྱེས་བུའི་ཆོ་འགྲོ་ནམ་མཁའི་གློག་འདྲ་སྟེ། །རི་གཟར་འབབ་ཆུ་བཞིན་  
 དུ་ལྟར་མགྲོགས་འགྲོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། རིན་ཆེན་སྤང་བར། འཆི་བའི་  
 རྒྱུན་ནི་མང་བ་དང་། །གསོན་པ་ཡི་ནི་ཉུང་བ་དང་གཅིག །དེ་རྣམས་ཉིད་ཀྱང་འཆི་  
 བའི་རྒྱུན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྐྱེས་བུ་རྣམས་ཀྱི་ཆོ་ནི་མི་བརྟན་པ་གཡོ་བ་  
 ཡིད་བརྟན་དུ་མི་རུང་བ་རྒྱང་ནང་གི་མར་མེའམ། འབབ་ཆུའི་ཆུ་བུར་དང་འདྲ་བ་  
 ཞིག་ཏེ། མཆོ་བའི་རྒྱུན་ཟས་དང་གོས་དང་སྒྲན་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་གིན་དུ་ཉུང་  
 ཞིང་འབད་པས་སྐྱབ་པར་བྱ་བ། འཆི་བའི་རྒྱུན་ཕྱི་དང་ནང་གི་ཉི་བར་འཆོ་བ་ནད་  
 དང་གཡང་ས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་གིན་དུ་མང་ཞིང་། འབད་པ་མེད་པར་ཉི་  
 བར་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་བདག་ཅག་ལྟ་བུ་འཆི་བདག་བདུད་གྱི་ཁར་

ཚུད་པ་རྣམས་ལ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་འཆི་བའི་གདེང་མི་འདུག་པ་བཞིན་དུ། རང་གི་  
 ལུས་སྟོག་གི་རང་ཚུལ་ལ་མི་ལྟ་བུར་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་ལོ་རྒྱུ་མང་པོའི་སོ་ཕྱིས་དང་  
 གྲུབས་ཤོས་བྱེད་པ་ནི། དེའི་རང་བཞིན་གྱིས་པའི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྲེལ་ཞིང་།  
 རང་ཉིད་ཟ་བར་ཆས་པའི་གཤིན་རྗེའི་པོ་ཉ་རྣམས་ཀྱིས་གད་སོ་འཆོ་བའི་གནས་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་བརྒྱ་པ་ལས། གང་ལ་འཛིག་རྟེན་གསུམ་མངའ་བདག་ །རང་  
 ཉིད་འཆི་བདག་བྱེད་པོ་མེད། །ཡོང་ངེས་རྣལ་བཞིན་གཉིད་ལོག་ན། །དེ་ལས་མ་  
 རུངས་གཞན་ཅི་ཡོད། །ཅེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་རྣལ་འབྱོར་པ་  
 རང་གི་ལུས་ལ་རྒྱུར་ནང་གི་མར་མེའམ། རྒྱ་བུར་དང་འདྲ་བར་ཡིད་བརྟན་དུ་མི་  
 རུང་བའི་སྟོ་རྒྱན་དུ་བཞག་ལ། ལུས་སྟོག་ལ་རྒྱགས་པ་དང་མི་འཆི་བའི་རྣམ་པར་  
 རྟོག་པ་རྣམ་རྒྱུངས་རིང་དུ་སྤང་བར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་སྟོབ་དཔོན་གྱིས། མིའི་  
 དཔའ་བོ་ཐོག་མའི་མཆོན་སོ་ནི། །གང་ནས་འཛིག་རྟེན་མངའ་ན་གནས་གྱུར་པ། །  
 དེ་ནས་བརྩམས་ཏེ་དེ་ནས་ཉིན་རེ་ཞིང་། །འགྲོ་བཤོལ་མེད་པར་འཆི་བདག་རྒྱུར་  
 དུ་འགྲོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། བརྒྱ་པ་ལས་ཀྱང་། འཆི་བར་བྱ་བྱིར་སྐྱེས་གྱུར་  
 ཅིང་། །གཞན་དབང་འགྲོ་བའི་རང་ཅན་ལ། །འཆི་བ་བྱ་བ་ལྟར་སྤང་སྟེ། །གསོན་  
 བར་བྱ་བ་མིན་ལྟར་སྤང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདག་ཅག་སེམས་ཅན་འདི་  
 ཐམས་ཅད་ནི་དཔེར་ན་གན་པས་གསོད་སར་བྱིད་པའི་ཐུགས་དང་འདྲ་བར། དང་  
 པོ་མངལ་ལས་སྐྱེས་ནས་མ་ཤིའི་བར་དུ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་སྟོད་པར་འཆི་བདག་གི་  
 རྒྱུར་དུ་སྟེག་པ་ཡིན་བཞིན་དུ་དེ་ལྟར་མི་སེམས་པར། བདག་ནི་ཡུན་རིང་ཞིག་དུ་



མི་འཆིའོ་སྐུ་ལྷ་སེམས་པ་ནི་སྐུ་པ་ཉིད་དེ། དཔེར་ན་གསོད་པའི་ཕྱགས་རྒྱུ་ལ་  
འཆི་བ་ཀྱང་གྱི་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་ཞིང་། གཅིག་གིས་གཅིག་གསོད་པ་ཡང་མཐོང་  
བཞིན་དུ་ལྷག་མ་རྒྱུ་ལ་བདེ་བར་ཉལ་བ་དང་འདྲ་བར། མི་རྒྱུ་ལ་ཀྱང་འཆི་བ་  
ཐུན་མོང་བ་ཡིན་ཞིང་། གཞན་དག་ཀྱང་འཆི་བ་མཐོང་བཞིན་དུ་འཆི་བ་ལ་འཇིགས་  
པ་མེད་པར་བདག་ཉིད་གསོན་དུ་རེ་བ་ནི་ཕྱགས་དང་འདྲ་བར་སྐུ་པ་ཡིན་ལོ། །

དེ་བས་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཡིད་ལ་བྱས་པའི་སྒྲོ་ནས་  
རགས་པ་རྒྱན་གྱི་མི་རྟག་པ་བསྒྲོམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བསྒྲོམས་པའི་  
རྒྱལ་འབྱོར་པ་ནི་ཟག་བཅས་གྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལས་ཡིད་འབྱུང་ཞིང་། ཆགས་  
པར་མི་འགྱུར་ལ། མགོ་ལ་མེ་ཤོར་བ་ལྟར་དགེ་བའི་ཕྱོགས་ལ་ཤིན་དུ་བརྩོན་པར་  
ཡང་འགྱུར་ལོ། །རི་སྐད་དུ་བརྒྱ་བར། བདག་ནི་འཆི་བོ་སྐུ་ལ་སེམས་པ། །གང་ལ་  
རེས་པར་ཡོད་ཀྱང་པ། །དེ་ནི་ཆགས་པ་ཡོངས་གཏང་ཞིང་། །འཆི་བདག་ལ་ཡང་  
ག་ལ་འཇིགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །དེའི་འོག་དུ་ཐུབ་སྐད་ཅིག་གི་མི་  
རྟག་པ་བསྒྲོམ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་། སེམས་ནི་ཡུད་ཅུམ་རེ་ལ་དམིགས་པ་དང་།  
རྒྱུ་པའི་བྱེ་བྲག་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ལ་འཇུག་པར་དམིགས་པས་སྒྲོག་དང་མར་མེ་  
ལ་སོགས་པ་ལྟར་མི་བརྟན་པ་ཉིད་དུ་རང་གི་མྱོང་བའི་བྱེད་སྐད་ཅིག་མར་རྟོགས་  
སྟེ། སེམས་ཅན་རི་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་འདྲ་བྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐད་ཅིག་མ་  
ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྐད་ཅིག་གིས་འཇིགས་པ་ལ་གེགས་མེད་པའི་བྱེད་དང་། མི་རྟག་  
པ་ཡང་སྐྱེ་བ་ཅུམ་ལ་ལྷོས་པའི་བྱེད་ལོ། །སྐད་ཅིག་མ་ཡང་དུས་གྱི་མཐར་ཕྱགས་

བ་ཡིན་ནོ། །སེ་གོ་ལ་ཏྲིག་པ་ཅམ་གྱི་ཡུན་ལ་སྐད་ཅིག་མ་དུག་ཅུ་ཅ་ལྷ་འདའ་བར་  
 རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ནས་ནར་སོན་པ་གང་ལ་ཡང་སོན་པ་ནི་སེམས་གྱི་སྐད་ཅིག་  
 མ་རེ་རེ་ལ་མེད་ན་ལོ་དང་ཟླ་བ་སོགས་པ་ཡུན་རིང་དུ་གསོན་དུ་རེ་བའི་བསམ་  
 བས་དོན་མེད་པ་དང་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་འདུག་པ་ནི་མི་རིགས་པ་ཉིད་དོ། །དེའི་  
 བྱིར་བདག་གི་ལུས་སྟོག་ལ་སྐད་ཅིག་མའི་སྟོ་ཉི་བར་བཞག་ཏེ་དུས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
 སོན་དུ་རེ་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྤང་བར་བྱའོ། །དེ་སྐད་དུ་འང་བརྒྱ་བ་ལས། སུ་  
 ལ་འང་སོན་པ་ཞེས་བྱ་བ། །སེམས་གྱི་སྐད་ཅིག་ལས་གཞན་མིན། །སྟེ་བོས་དེ་ངས་མི་  
 རིག་པ། །དེས་ན་བདག་ཉིད་ཤེས་པ་དགོན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ལྟར་མི་རྟག་པ་སྒྲིམ་པ་ལས་སྟུག་བསྐྱལ་དུ་རྟོགས་པ་འབྱུང་བས། དེའི་  
 འོག་དུ་སྟུག་བསྐྱལ་གྱི་རྣམ་པ་སྒྲིམ་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་སྦྱིར་ཁམས་གསུམ་མཐའ་  
 དག་སྟུག་བསྐྱལ་གྱིས་ཅི་རིགས་པར་སྟུག་བསྐྱལ་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ངན་སོང་  
 གསུམ་ནི་པལ་ཆར་སྟུག་བསྐྱལ་གྱི་སྟུག་བསྐྱལ་གྱིས་གདུངས་ཤིང་། རི་སྐད་དུ།  
 བརྒྱ་བ་ལས། མཆོག་ལ་ཡིད་གྱི་སྟུག་བསྐྱལ་ཏེ། །ཐ་མལ་རྣམས་ལ་ལུས་གྱིའོ། །  
 སྟུག་བསྐྱལ་གཉིས་གྱིས་འཇིག་རྟེན་འདི། །ཉིན་རེ་ཉིན་རེ་འཇོམས་པར་བྱེད། །  
 ཅེས་པ་ལྟར། མི་རྣམས་ལ་ཡང་རྒྱལ་པོ་དང་། བྱིས་བདག་ལ་སོགས་པ་མཆོག་དུ་  
 བྱུར་བ་རྣམས་ལ་ནི་རྒྱལ་སྤྱིད་དང་ལོངས་སྟོན་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་བསྟུང་བ་དང་།  
 ཉམས་གྱིས་དོགས་པ་ལ་སོགས་པ་སེམས་གྱི་སྟུག་བསྐྱལ་མང་པོ་དང་ལྷན་ཞིང་།  
 དྲན་ལ་སོགས་པ་ཐ་མལ་པ་རྣམས་ལ་ནི། བཀྱེས་སྒྲིམ་དང་། ངལ་དུབ་ལ་སོགས་

ཕ་ལུས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་མང་པོ་དང་ལྷན་ཞིང་། མདོར་ན་ཀུན་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་གཉིས་  
 ཀྱིས་ཉིན་རེ་ཞིང་གསུང་བར་བྱེད་དོ། །འདོད་པའི་སྤྲུ་རྣམས་ལ་ཡང་འཆི་འཕོ་བའི་  
 ཆོ། ཡིད་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་དུག་པོ་དང་ལྷན་ཞིང་། འོག་མ་དག་ལ་སྤྲུ་མ་ཡིན་དང་  
 འབབ་པའི་ཆོ་བཅད་པ་དང་འབྲལ་བ་ལ་སོགས་པ་ལུས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་ཡང་  
 ལྷན་ལ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཟག་བཅས་ཀྱི་བདེ་བ་མི་བརྟན་པར་འགྱུར་བའི་སྤྲུག་  
 བསྐྱེད་དུག་བཅས་ཀྱི་ཟས་དང་འདྲ་བས་བཅིངས་པའི་ཕྱིར་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་ལྷན་  
 པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཅོ། །གཟུགས་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྤྲུ་རྣམས་ཀྱང་རེ་ཤིག་སྤྲུག་བསྐྱེད་  
 ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་འདས་ཀྱང་། སྐྱེ་འཆི་ལ་རང་དབང་མེད་པས་འདྲུ་བྱེད་ཀྱི་  
 སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་བའི་དུག་ལྷ་བྱ་ལས་མ་གྲོལ་བ་ཡིན་ཅོ། །དེ་བས་ན་སྦྱིར་ཁམས་  
 གསུམ་པོ་མཐའ་དག་སྤྲུག་བསྐྱེད་དུ་ཡིད་ལ་བྱ་ཞིང་། བྱེ་བྲག་དུ་རྣལ་འབྱོར་བ་  
 རང་གི་ལུས་འདི་དག་པོ་དང་འདྲ་བར་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀུན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་ཤེས་  
 བར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་ལུས་འདི་ནི་ནང་གི་འབྱུང་བ་འབྱུར་བ་ལས་བྱུང་བའི་ནད་  
 བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞི་དང་། དུག་མཆོན་དང་། སྤྲིག་སྤྲུལ་ལ་སོགས་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཞོན་  
 ཕ་ཀུན་གྱི་སྦོད་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་བརྒྱ་པ་ལས། ལུས་ལ་གུས་དང་  
 དག་ལ་གུས། དེ་དག་གཉིས་ནི་མཚུངས་པ་སྟེང་། ཁྱེད་གསུངས་སོ། །དེ་བས་  
 ན་ལུས་འདི་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་འདི་ལ་བདེ་བའི་རོ་  
 ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ་སྟེ་སྤྲུ་དེས་པར་བྱས་ནས་བདེ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པའི་རྣམ་  
 པར་རྟོག་པ་སྤྲང་བར་བྱའོ། །



དེ་ལྟར་སྤྲུག་བསྐྱེལ་དུ་བསྒྲོམས་པ་ལས་སྤང་པོ་བདག་མེད་པར་ཉོགས་  
སྒྲ་བས། དེའི་འོག་ཏུ་སྟོང་བ་དང་། བདག་མེད་པའི་རྣམ་པ་སྒྲོམ་པར་བྱ་སྟེ། འདི་  
ལྟར་སྤང་པོ་བདག་གི་ངོ་བོར་སྟོ་འདོགས་པའི་གཉེན་པོ་བདག་མེད་པ་བསྒྲོམ་  
པར་བྱ་ལ། རོན་གཞན་པའི་བདག་གིས་དབང་བསྐྱར་བྱ་འཛིན་པའི་གཉེན་པོ་སྟོང་བ་  
བསྒྲོམ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་དག་གི་སྒྲོམ་ཚུལ་ཡང་སྤང་པོ་ལ་གཅིག་དང་བྱ་དང་པའི་བདག་  
མེད་པར་དབྱེད་པས་བསྒྲོམ་པར་བྱ་བ་ལ། དེའི་རིགས་པ་ཡང་སྤར་བསྟན་ཟེན་  
པའི་ཕྱིར་ཡང་མི་སྟོའོ། །

དེའི་འོག་ཏུ་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ལ་རྒྱ་དང་། ཀུན་འབྱུང་བ་དང་། རབ་  
ཏུ་སྟེ་བ་དང་། རྒྱུན་གྱི་རྣམ་པའི་སྟོ་ནས་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་  
དང་། དེའི་དབང་གིས་སྤང་བའི་ལས་རྣམས་ནི་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ཡིན་ལ།  
དེ་དག་ནི་འཁོར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་ཡིན་ཅོ། །སྤྲུག་  
བསྐྱེལ་གྱི་ཕྱོགས་རེ་ཙམ་བསྐྱེད་བྱེད་མ་ཡིན་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱི་རིགས་ཀུན་བསྐྱེད་  
པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཀུན་འབྱུང་བ་ཡིན་ཅོ། །དེ་དག་ཏུང་ཟད་ཙམ་མ་ཡིན་གྱི། མི་  
བཟོད་ཅིང་བརྒྱག་པར་དཀའ་བ་དྲག་པོ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རབ་སྟེ་ཡིན་ཅོ། །  
དེ་ཡང་ལན་ཅིག་ཙམ་མ་ཡིན་གྱི། སྟེ་བ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་དེ་ཡུན་རིང་  
དུ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རྒྱུན་ཡིན་ཅོ། །དེ་ལྟར་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཞིའི་  
སྟོ་ནས་ཀུན་འབྱུང་སྤང་བྱ་ཉིད་དུ་སྒྲོམ་པར་བྱའོ། །

དེའི་འོག་ཏུ་འགོག་པ་དང་། ཞི་བ་དང་། བྱ་ཅོམས་པ་དང་། དེས་པར་

འབྲུང་བའི་རྣམ་པའི་སྒོ་ནས་འགོག་པའི་བདེན་པ་བསྒྲོམ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་སྟུག་  
བསྟུལ་རྒྱ་དང་བཅས་པ་འགགས་པ་ནི་འགོག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་  
འགགས་པའི་ཕྱིར་འགོག་པ་ཡིན་ནོ། །སྟུག་བསྟུལ་གྱི་མེ་རབ་དུ་ཞི་བའི་ཕྱིར་ན་  
ཞི་བ་ཡིན་ནོ། །སྟུག་བསྟུལ་རྒྱ་དང་བཅས་པ་འགགས་པ་ནི། ཐར་པ་འདོད་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་འདོད་བྱ་དམ་པ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་གྱུ་མོམས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཐོབ་པར་  
འདོད་པ་ནི་སྒྲུབ་མི་ལྷོག་པས་རྟག་པའི་གནས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་པར་འབྲུང་བ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་འབྲས་བུ་པན་ཡོན་གྱི་སྒོ་ནས་འགོག་པའི་བདེན་པ་མངོན་དུ་བྱ་  
བ་ཅིང་དུ་སྒྲོམ་པར་བྱའོ། །

དེའི་འགོ་དུ་ལམ། རིགས་པ། རྒྱབ་པ། དེས་འབྱེན་གྱི་རྣམ་པའི་སྒོ་ནས་  
ལམ་གྱི་བདེན་པ་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་ཡུང་པོ་བདག་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ནི་ལམ་ཡིན་ལ། འདིས་ཐར་པ་སྒྲུབ་མེད་པའི་གྲོང་དུ་ཕྱིན་པར་བྱེད་པའི་  
ཕྱིར་ལམ་ཡིན་ནོ། །ཉོན་མོངས་པ་དྲུངས་འབྱེན་པའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རིགས་པ་  
ཡིན་ནོ། །མེམས་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་གནས་ལུགས་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་  
རྒྱབ་པའི་ཕྱིར་རྒྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཕྱིར་མི་ལྷོག་པ་རྟག་པའི་གནས་སུ་གདོན་མི་བྱ་  
བར་ཕྱིན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དེས་པར་འབྱེན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་རྒྱའི་པན་ཡོན་  
གྱི་སྒོ་ནས་ལམ་གྱི་བདེན་པ་སྟོན་པར་བྱ་བ་ཅིང་དུ་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིབ་པའི་གཉེན་པོ་ཅིང་དུ་བདེན་པ་བཞིའི་སྒོ་  
ནས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་བསྒྲོམས་ནས། དེའི་འོག་དུ་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པའི་

གཉེན་པོ་ཉིད་དུ། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་བསྒྲོམ་པར་  
 བྱའོ། །དེ་ཡང་མཉམ་གཞག་སྟོང་ཉིད་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པའི་  
 རྣལ་འབྱོར་དང་། རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་རྩོད་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་  
 རྣལ་འབྱོར་དང་། ཟུང་འཇུག་རྣམ་ཀྱི་མཆོག་ལུན་གྱི་སྟོང་པ་ཅོད་བྲལ་ལུན་གྱི་  
 ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དང་གསུམ་གྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དང་པོ་ནི། འདི་ལྟར་བསྒྲོམ་པར་  
 བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་སྤྱི་དང་ནང་གི་ཆོས་འདི་དག་ལ་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཅིག་ཡོད་ན།  
 བདག་གསལ། གཞན་ནམ། གཉིས་ཀའམ། རྒྱ་མེད་པར་འབྱུང་བ་གང་ཡང་རུང་བ་  
 ཞིག་དུ་འབྱུང་དགོས་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ལ་སྒྲེ་བའི་རྣམ་པ་གཞན་མི་འབྲད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ཇི་སྐད་དུ། བདག་ལས་མ་ཡིན་གཞན་ལས་མིན། །གཉིས་ལས་མ་  
 ཡིན་རྒྱ་མེད་མིན། །དངོས་པོ་གང་དག་གང་ན་ཡང་། །སྒྲེ་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །  
 ཅེས་སོགས་ཀྱི་རིགས་པས་མཐའ་བཞི་ལས་སྒྲེ་བ་མི་འབྲད་པའི་ཕྱིར་སྒྲེ་བ་མེད་ལ།  
 གང་ལ་སྒྲེ་བ་མེད་པ་དེ་ལ་རང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ནམ་མཁའི་མེ་  
 ཏོག་བཞིན། གང་རང་བཞིན་མེད་པ་དེ་ནི་རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན། མི་རྟག་པ་ཡང་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ཅན་དང་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་དང་། ཟག་  
 བཅས་དང་ཟག་མེད་དང་། བརྟན་གཡོ་དང་། བརྟན་མེད་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པའི་  
 མཐའ་གང་དུ་ཡང་སྒྲོས་རྣམ་པར་བརྟག་པར་འོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་སྒྲོབ་  
 དཔོན་གྱིས། བརྗོད་པར་བྱ་བ་ལྷོག་པ་སྟེ། །སེམས་ཀྱི་སྒྱིད་ཡུལ་ལྷོག་པས་སོ། །  
 མ་སྒྲེས་པ་དང་མ་འགགས་པའི། །ཆོས་ཉིད་སྤྱང་ན་འདས་དང་མཆུངས། །ཞེས་



གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་ཆོས་ཉིད་དེ་ལྷ་བྱ་དེ་མཐའ་གང་དུ་ཡང་བརྟགས་  
 བར་མི་ནུས་པ་དེ་ལྷ་རྣམས་འབྱོར་བས་ལུང་དང་རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། སོ་སོར་  
 རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སོ་སོར་རྟོག་ཅིང་གཏན་ལ་ཐེབས་པར་བྱས་ནས། དེའི་  
 འོག་དུ་རང་གི་སྒོ་མཐའ་གང་ལ་ཡང་མི་གནས་གང་དུ་ཡང་མི་འཛིན་པར། མཚན་  
 མ་གང་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པར་སེམས་མཉམ་པར་བཞག་པར་བྱའོ། །

ཡང་ན་འདི་ལྷ་རྣམས་ལྟོ་མ་པར་བྱ་སྟེ། གྱེ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་དག་ཁམས་གསུམ་  
 བོ་འདི་ནི་སེམས་ཙམ་མོ་ཞེས་གསུངས་པས། ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་སེམས་ཀྱི་ཀུན་  
 དུ་བརྟགས་པ་ཙམ་དུ་བྱད་གྱི། སེམས་ལས་ལོགས་སུ་གྲུབ་པ་ཅུང་ཞིག་ཀྱང་མེད་  
 རོ། །སེམས་དེ་ཡང་ནང་ན་ཡང་མི་དམིགས། བྱེ་རོལ་ན་ཡང་མི་དམིགས། གཉིས་ཀ་  
 མེད་པར་ཡང་མི་དམིགས་སོ། །འདས་པའི་སེམས་ཀྱང་མི་དམིགས། མ་འོངས་  
 པའི་སེམས་ཀྱང་མི་དམིགས། ད་ལྷ་རྣམས་ལྟར་ཡང་མི་དམིགས་སོ། །སེམས་སྒྲེ་  
 བའི་ཆེ་ཡང་གང་ནས་ཀྱང་མི་འོང་། འགགས་པའི་ཆེ་གང་དུ་ཡང་མི་འགྲོ། གནས་  
 པའི་ཆེ་གང་ན་ཡང་མི་གནས་ཏེ། མདོར་ན་སེམས་ནི་གཟུང་དུ་མེད་པ། བསྟན་དུ་  
 མེད་པ། ལྷ་རྣམས་མེད་པ། གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ། རང་བཞིན་གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པ།  
 ཡུལ་ན་མི་གནས་པ། བྱོགས་ན་མི་གནས་པ། མཐའ་གང་ཡང་མི་གནས་པ་ཞིག་  
 སྟེ། རི་སྐད་དུ་དཀོན་མཆོག་བརྟེན་གསུལ་པ་ལས། འོད་སྤྲུང་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་  
 བཅའ་ན་མི་རྟོག་དོ། །གང་མི་རྟོག་པ་དེ་ནི་མ་དམིགས་སོ། །གང་མ་དམིགས་པ་  
 དེ་འདས་པ་ཡང་མ་ཡིན། མ་འོངས་པ་ཡང་མ་ཡིན། ད་ལྷ་རྣམས་ལྟར་ཡང་མ་ཡིན་

ནོ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟར། སེམས་ཇི་ལྟར་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་དེ་དང་མཚུངས་སོ། །དེ་བས་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་ལྟ་བུར་སོ་  
 སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་དབྱད་ནས། དེའི་འོག་ཏུ་དེ་ཉིད་ལ་སེམས་ཅེ་  
 གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་གོམས་པར་བྱས་པས་གོམས་པ་  
 མཐར་ཐྱིན་པ་ན། རྣལ་འབྱོར་པའི་སེམས་མཐའ་གང་དུ་ཡང་མི་འཛིན་པ། མཚན་  
 མ་ཅིར་ཡང་མི་རྟོག་པ། ཡུལ་གང་ལ་ཡང་མི་དམིགས། བརྗོད་དུ་མེད་ཅིང་བ་སྟང་  
 ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བར་གྱུར་པ་ན། སེམས་གནས་ལུགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་ཐེབས་  
 ཞེས་བྱ། ཆོས་ཉིད་མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ཞེས་གྲང་བྱ། འཛིག་རྟོན་ལས་འདས་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་གྲང་བ་སྟང་དུ་བརྗོད་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
 སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་དང་དབྱེ་བ་རུང་བྱང་གྲང་མེད་དོ། །ཁྱུ་མཚན་གོ་  
 དཀའ་སྟེ་ངག་ལས་ཤེས་སོ། །

གཉིས་པ་རྗེས་སྟོབ་རྟོན་འབྲེལ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་ཡང་། བྱི་དང་ནང་གི་  
 རྟོན་འབྲེལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་ཡང་རྟོན་དང་། བརྟོན་པའི་རྟོན་འབྲེལ་ཡིད་  
 ལ་བྱ་བ་ནི། ཇི་སྟངས་དུ། བསྟུང་བར། མཁའ་ལ་རྒྱུང་བརྟོན་དེ་ལ་རྒྱུའི་སྲུང་པོ་  
 བརྟོན། །དེ་ལ་ས་ཆེན་འདི་བརྟོན་དེ་ལ་འགྲོ་བ་བརྟོན། །སེམས་ཅན་ལས་ལ་སྟོང་  
 པའི་རྒྱ་ནི་དེ་འདྲ་སྟེ། །ནམ་མཁའ་གང་ལ་གནས་ཡིན་དོན་འདི་བསམ་པར་གྱིས། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ས་ལ་རྒྱ་བའི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ནི་ས་ཆེན་པོ་ལ་བརྟོན་  
 ཅིང་གནས་སོ། །ས་ཆེན་པོ་ནི་རྒྱུའི་དགྱིལ་ལའོར་ལ་བརྟོན་དོ། །རྒྱུའི་དགྱིལ་ལའོར་ནི་

རྒྱུ་གི་དགྱིལ་ལའོར་ལ་བརྟེན་དོ། །རྒྱུ་གི་དགྱིལ་ལའོར་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་བརྟེན་  
 དོ། །ནམ་མཁའ་ནི་གང་ལ་ཡང་མི་བརྟེན་པ། མཚན་ཉིད་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་  
 པ། གཞི་མེད་པ། ཕ་བ་མེད་པ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི། ཕ་བ་མེད་  
 པའི་རྟེན་ཅན་གཞི་མེད་པའི་རྟེན་ཅན། གང་ལ་ཡང་མི་བརྟེན་པ། གང་ལ་ཡང་མི་  
 གནས་པ་སྟེ། འདི་ལྟར་ནམ་མཁའི་རྟེན་ཅན་ལོ་སྟོམ་དུ་སོ་སོར་བརྟག་པར་བྱའོ། །  
 དེའི་འོག་ཏུ་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིད་ལ་བྱ་བ་ནི། རི་སྐད་དུ། སྣ་ལུ་  
 ལྟར་པའི་མདོར། ས་བོན་གྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་མྱ་གུ་དེ་ཡང་སྟེ་བ་བདག་གིས་མ་  
 བྱས། གཞན་གྱིས་མ་བྱས། གཉིས་ཀས་མ་བྱས། དབང་ཕྱག་གིས་མ་བྱས། དུས་  
 ཀྱིས་མ་བསྐྱར། སྤྲ་རབ་ལས་མ་བྱུང་། རང་བཞིན་ལས་མ་བྱུང་། རོ་བོ་ཉིད་ལས་  
 མ་བྱུང་། རྒྱ་མེད་པ་ལས་མ་སྐྱེས་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འདི་ལྟར་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ།  
 ས་བོན་ལས་མྱ་གུ་དང་། དེ་ལས་སྣང་བྱ་དང་། དེ་ལས་འདབ་མ་དང་། ཡལ་ག་  
 དང་། མེ་དོག་དང་། འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པ་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བ་ན། མྱ་གུ་དེ་ཡང་  
 བདག་དང་། གཞན་དང་། གཉིས་ཀ་དང་། རྒྱ་མེད་པར་ནི་སྟེ་བར་མི་འཐད་པས་  
 ཡང་དག་པར་ན་སྟེ་བ་མེད་དོ། །གང་ལ་སྟེ་བ་མེད་པ་དེ་ལ་རང་བཞིན་མེད་དོ། །  
 གང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་དེ་ནི་མ་དམིགས་སོ། །གང་ལ་དམིགས་པ་མེད་པ་དེ་ནི་  
 འདས་པ་ཡང་མ་ཡིན། མ་འོངས་པ་ཡང་མ་ཡིན། ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ལོ། །  
 འོན་ཀྱང་ས་བོན་དུ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡོད་ན། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མྱ་གུ་འི་རྣམ་པར་  
 རྟོག་པ་ཅུ་མ་འབྱུང་བར་ཟད་དོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་དེ་ཡང་ཕྱི་ན་ཡང་མི་གནས།



ནང་ན་ཡང་མི་གནས། དེ་གཉིས་ཀ་མེད་པར་ཡང་མི་དམིགས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་ས་  
 བོན་དང་མུ་གུའི་འབྲེལ་བ་འདི་ནི་སྐྱེ་བ་མེད་པ་འགག་པ་མེད་པ། འོང་བ་མེད་པ།  
 འགོ་བ་མེད་པ། རོན་གཅིག་མ་ཡིན་པ། བ་དང་པ་མ་ཡིན་པ། ཏྲག་པ་མ་ཡིན་པ།  
 ཆད་པ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། ས་བོན་དང་མུ་གུ་ཅི་འདྲ་བ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 དེ་འདྲ་བར་སོ་སོར་བརྟག་པར་བྱའོ། །དེའི་འོག་ཏུ་ནང་གི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་  
 ཡིད་ལ་བྱ་བ་ནི། ཐོག་མར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ལྷགས་དང་མཐུན་པ་དང་། མི་  
 མཐུན་པའི་རོན་འདི་ལྟར་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་སྐྱེ་བ་དང་། འཆི་  
 བའི་རྒྱུན་གྱིས་འཁོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་སེམས་ཅན་ནམ་འོན་ཏེ་འདྲུ་བྱེད་ཅམ་  
 ཞིག་འཁོར་བ་ཡིན་གྱང་། དང་པོ་མི་རིགས་ཏེ། སྤང་བོ་རྣམས་ལ་རྣམ་པ་ལྷན་  
 བཅོལ་ན་སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ཅུང་ཞིང་ཀྱང་མི་རྟོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདྲུ་བྱེད་ཀྱང་མི་  
 འཁོར་ཏེ། ཏྲག་པ་ནི་སྐྱེ་བ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་རྒྱུད་པའི་བྱ་བ་དང་མི་ལྟན་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། མི་ཏྲག་པ་ནི་སྐྱེད་ཅིག་གིས་འཇིགས་པ་ཉིད་ཀྱི་འཁོར་བའི་བྱ་བ་མི་  
 འབྲང་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འཁོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དག་པར་ན་གཞན་ཅུང་  
 ཟད་ཀྱང་མེད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་ཐ་སྙད་ཅམ་དུ་སྒྲ་ལུ་ལྟར་པའི་མདོ་ལས། དེ་ལ་ནང་  
 གི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་རྒྱ་དང་འབྲེལ་འབྱུང་གང་ཞེ་ན། གང་འདི་མ་  
 རིག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འདྲུ་བྱེད། འདྲུ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ། རྣམ་པར་  
 ཤེས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་མིང་དང་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་སྐྱེ་མཆེད་  
 རྒྱུ་སྐྱེ་མཆེད་རྒྱུ་གི་རྒྱུན་གྱིས་རེག་པ། རེག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཆོར་པ། ཆོར་བའི་



མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཞེས་བསྟན་བཤགས་པར་བཟད་དོ། །རི་རྒྱན་དུ་དབུ་མ་རྩ་  
 བར། རྟེན་མ་རྒྱར་བྱས་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་རྟེན་མིན་རྒྱར་བྱས་མིན། །མྱ་ངན་  
 འདས་ཞེས་བྱ་བར་བཟོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་པོ་  
 དེ་དག་རྩི་ལྟར་འགག་ཅི་ན། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། ལས་དང་ཉོན་མོངས་བཟད་པས་  
 བར། །ལས་དང་ཉོན་མོངས་རྣམ་ཏོག་ལས། །དེ་དག་སྟོས་ལས་སྟོས་པ་ནི། །སྟོང་  
 པ་ཉིད་ཀྱིས་འགག་པར་འགྱུར། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། །སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་  
 མཐོང་བ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་མཐོང་བ་ལས། མ་རིག་པ་འགག་པ་མེད་པའི་ཚུལ་  
 གྱིས་འགགས་ལ། དེའི་ཕྱིར་ཡན་ལག་ལྷག་མ་རྣམས་མི་འབྱུང་རོ། །དེ་ལྟར་རྟེན་  
 ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་།  
 རྣམ་བུར་ལྷགས་དང་མཐུན་པ་དང་། ལྷགས་ལས་བསྟོག་པ་རྣམས་བསྟོམས་ནས།  
 འཁོར་བའི་འཇུག་ལྷོག་ཤེས་པར་བྱས་ནས། །བྱད་པར་དུ་སྟོན་དང་སྟེ་མ་དང་ད་  
 ལྟར་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་སྟགས་གསུམ་ཆོ་གསུམ་གྱི་བར་དུ་  
 འཇུག་ཚུལ་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པར་འགལ་མེད་འཁོར་ལོ་ལྟར་འཁོར་བའི་  
 ཚུལ་དུ་བསྟོམ་པ་ནི་དག་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་མཉམ་གཞག་དང་རྗེས་  
 ཐོང་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པས་མཉམ་རྗེས་བསྟེ་བའི་  
 ཕྱིར་བྱུང་འཇུག་རྣམ་ཀྱན་མཆོག་ལྟར་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བསྟན་པར་བྱའོ། །དེ་  
 ཡང་གཙུག་ན་རིན་པོ་ཆེས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས། བུམས་པ་གོ་ཆ་བགོས་ཤིང་སྟོང་  
 རྩི་ཆེན་པོའི་གནས་ན་གནས་ན་རྣམ་པ་བམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་དང་ལྟན་པའི་སྟོང་



བ་ཉིད་མངོན་པར་བསྐྱབ་པ་བསམ་གཏན་དུ་བྱའོ། །དེ་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 མཆོག་དང་ལྷན་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཞེ་ན། གང་སྦྱིན་པ་དང་མ་བུལ་བ། ཚུལ་  
 བྱིམས་དང་མ་བུལ་བ། བཟོད་པ་དང་མ་བུལ་བ། བརྩོན་འགྲུས་དང་མ་བུལ་བ།  
 བསམ་གཏན་དང་མ་བུལ་བ། ཤེས་རབ་དང་མ་བུལ་བ། ཐབས་དང་མ་བུལ་བ་  
 ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རྣལ་འབྱོར་པས་མཉམ་གཞག་ལས་ལངས་ནས་  
 ཆོས་འདི་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་ངོ་བོ་ཉིད་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་ཀྱང་། རི་སྤྱིད་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པའི་རྒྱ་བ་མ་འགགས་ཀྱི་བར་དུ། ལས་དང་འབྲས་བུའི་འབྲེལ་བ་  
 སྟོན་པས་རི་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར་གནས་པ་ཁོ་ན་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱིས་ཆོས་ཉིད་འདི་ལྟ་བུ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་མི་གནས་པའི་སྤྱི་ངན་ལས་  
 འདས་པ་ཐོབ་པའི་ཐབས་སུ་བསོད་ནམས་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་གཉིས་བྱང་  
 དུ་འདུག་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་སྟུམ་དུ་བསམས་ནས། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་སྟེ། རྣལ་འབྱོར་པས་ཆོས་གང་ལ་ཡང་ཅི་ཡང་མི་རྟོག་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་  
 ལས་མ་གཡོས་པའི་ངང་ནས་སམ། ཡང་ན་ཡིད་བཟལ་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལ་མ་  
 འབྲོས་ཤིང་། སྟོང་ཉིད་དུན་པའི་འདུ་བྱེད་མ་བརྗེད་ཙམ་གྱི་ངང་ནས་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ་  
 དང་། ཚུལ་བྱིམས་བསྐྱང་བ་ལ་སོགས་པ་ལུས་ངག་གི་བྱ་བ་རྣམས་ལ་ཤིན་ཏུ་བརྩོན་  
 པར་བྱ་ཞིང་། བསྟོ་བ་སྦྱོན་ལམ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དག་གིས་ཀྱང་བེན་པར་བྱའོ། །ཐ་ན་  
 འགྲོ་བ་དང་འཆག་པ་དང་ཉལ་བ་ལ་སོགས་པ་ལུས་ངག་གི་བྱ་བ་ཐལ་བ་ལ་  
 འདུག་པའི་ཆེ་ཡང་མི་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བེན་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྦྱོང་བའི་

རྣལ་འབྱོར་པ་ནི་གནས་སྐབས་ལའོར་བ་ན་གནས་ཀྱང་འདམ་གྱི་པད་མ་ལྟར་  
 ལའོར་བའི་ཉེས་པས་མི་གོས་ཤིང་། མཐར་ཐུག་མི་གནས་པའི་ཕྱ་རན་ལས་འདས་  
 པའི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ། །འདིའི་སྐབས་སུ་གནས་འགྱུར་  
 སོགས་དབྱེར་མེད། དུན་པའི་རྒྱང་སོ། གང་གར་ལྷག་པ། སྒྲོམ་མེད་ཡན་པ། ཅི་  
 བྱས་རྗེས་མེད། ཐ་མལ་རང་ལྷོག་ཅེས་པ་དུག་གི་སྒྲོན་ས་ཟུང་འཇུག་གི་ཉིང་རེ་  
 འཛིན་བོགས་དབྱུང་བའོ། །མན་ངག་རྣམས་ནི་མ་བཞོད་ཏེ། རི་སྐད་དུ། བརྒྱ་  
 པར། ཆོས་འདི་ཡི་ནི་མིང་ལས་ཀྱང་། །དམ་པ་མིན་ལ་འཛིགས་པ་བསྐྱེད། །  
 གཞན་ལ་འཛིགས་པ་མི་བསྐྱེད་པའི། །སྟོབས་ལྡན་ཞེས་བྱ་གང་ཞིག་ཡོད། ། ཅེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། མིང་ཙམ་བློས་པ་ལས་ཀྱང་སྐལ་བ་དམན་པ་དག་སྒྲག་པར་  
 འགྱུར་ན། རོན་ལྷ་སྒྲོས་ཀྱང་ཅི་དགོས། དེའི་ཕྱིར་རོན་དུ་གཉེར་ཞིང་མོས་པ་དག་  
 ལ་གཞན་དུ་བསྟན་པར་བྱའོ། །འདིར་འབད་དགེ་བས་མཐའ་ཡས་འགྲོ་བ་ཀུན། །  
 ཏྲག་ཆད་མཐར་ལྷའི་ཕུན་པ་སྒྲག་པོ་རྣམས། །ཡང་དག་ལྟ་བའི་ཟེར་གྱིས་བསལ་  
 བྱས་ནས། །མཐའ་བྲལ་དབུ་མའི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་ཤོག །བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
 གཉིས་བསྒྲོམ་པའི་མན་ངག་འདི་ནི་རང་གི་སྟོབ་མ་དག་གིས་བསྐྱལ་ཏེ། ཆོས་སྒྲུ་  
 བའི་བཙུན་པ་གཞོན་ནུ་སློབ་གྲོན་གྱི་སྒྱུར་བ་དགའོ། །ལྷ་ཁྱིད་བརྒྱད་པ་ནི། བཙུ་  
 ལྡན་འདས་བྱབ་པ་ཆེན་པོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྟོབ་གྲོས་རིན་ཆེན། འཕགས་  
 པ་ཀྱུ་སྒྲུབ། རྒྱལ་སྐས་ལྷ་ཅུ་དེ་བ། དཔལ་ལྡན་རྩ་བ་གྲགས་པ། རིག་པའི་ཁུ་བྲུག་  
 ཆེ་རྒྱུད། ཀུ་སུ་ལུ་ཆེ་བ། ཀུ་སུ་ལུ་རྒྱུད་བ། བལ་པོ་ཐང་བི་ཏ་ར། བྱང་ཆུབ་སེམས་

དཔའ་ལྷ་བ་རྒྱལ་མཆན། དགོ་བཤེས་རྫིང་ལུང་བ་འོད་ཟེར་གྲགས། སྤྱིལ་བུ་བ་  
གས་བ་འོད་ཟེར། མཁན་ཆེན་སྤྱི་ལྷ་ས་བ་ཆེན་པོ་བྱང་ཆུབ་འོད། དཔལ་ལྷན་གྱི་  
མོ་ཆེ། ཕྱི་འདུལ་བ་འཛིན་བ་ཐུགས་རྗེ་བྱང་ཆུབ། བདེ་བ་ཅན་བ་ཤྲུག་བྱང་ཆུབ།  
མཁན་ཆེན་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆན། མཁན་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེང་གི་ མདོག་འོད་  
མཁན་ཆེན་ཀུན་དགའ་དཔལ་བ་ལ་ཤྲུག་འོད་གོ་སྤྱོད་གཞོན་ནུ་སྤྱོད་གོས་ཀྱིས་སོ། །  
དགོའོ།།     །།



## ༡༡། རྒྱུ་མ་རིམ་རྒྱས་པ་བཞུགས་སོ། །

༼དབུ་མའི་ལྷ་བྲིད་རྒྱས་པ༽

དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཆེལ་ལོ། །ལས་དང་པོ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཉམས་  
ལེན་གྱི་མན་ངག་མདོར་བསྡུས་ན། སྒྲོན་འགྲོ་དང་། དངོས་གཞི་དང་། རྩེས་  
གསུམ་སྟེ། དང་པོ་ལ། ཐུན་མོང་དང་། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྒྲོན་འགྲོ་གཉིས་ཀྱི།  
དང་པོ་ལ་དལ་འབྱོར་རྟེན་པར་དཀར་བ། འཆི་བ་མི་རྟག་པ། ལས་རྒྱ་འབྲས།  
འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པའོ། །དང་པོ་ལ་ཡང་། དལ་འབྱོར་གྱི་མཆོན་  
ཉིད། དེ་རྟེན་པར་དཀར་བའི་རྒྱ་མཆོན་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི་ཆོས་སྐྱབ་པའི་སྐབས་  
མེད་པའི་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་སྟངས་པ་ནི་དལ་བ་ཡིན་ལ་མཐུན་རྒྱུན་བདག་གཞན་  
གྱི་འབྱོར་པ་བརྒྱ་ཆར་བ་ནི་འབྱོར་པ་ཞེས་བྱའོ། །མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་ནི། རན་སོང་  
གསུམ་དང་། བྱང་གི་སྒྲ་མི་སྒྲན་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མི་ཐོས་པའི་ཡུལ་  
མཐའ་ཁོབ་དང་། སྤང་དོར་མི་ཤེས་པའི་གྲོན་པ་དང་། སྒྲ་མི་ཤེས་པའི་ལྷགས་པ་

དང་། ལོག་ལྷ་འཛིན་པ་བགྲང་ན་གྲོན་པ་དང་ལྷགས་པ་གཅིག་ཏུ་བགྲང་རོ། །  
 འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སེམས་ཅན་དུ་སྐྱེས་པའི་ལྷ་ཆོ་རིང་པོ་རྣམས་སོ། །དེ་དག་ནི་  
 མངོན་མཐོ་ངེས་ལོགས་ཀྱི་ཆོས་སྐྱབ་པའི་སྒྲོང་དུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་མི་ཁོས་པ་ཞེས་  
 བྱའོ། །འབྱོར་པ་བརྩ་ནི། བདག་འབྱོར་ལྷ་དང་། གཞན་འབྱོར་ལྷ་སྟེ། དང་པོ་ནི།  
 བསྟན་པ་གནས་པའི་ཡུལ་དུ་སྐྱེས་པ་དང་། མིར་གྱུར་པ་དང་། དབང་པོ་སྟོ་ལྷ་  
 ཆོང་བ་དང་། འཆོམས་མེད་མ་བྱས་པས་ལས་ཀྱི་མཐའ་མ་ལོག་པ་དང་། བསྟན་  
 པ་ལ་མོས་པས་གནས་ལ་དད་པའོ། །གཞན་འབྱོར་ལྷ་ནི། སངས་རྒྱས་འཛིག་  
 རྟེན་ཏུ་བྱོན་པ་དང་། དམ་པའི་ཆོས་བསྟན་པ་དང་། བསྟན་པའི་ཆོས་གནས་པ་  
 དང་། ཆོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པ་ཡོད་པ་དང་། གཞན་ལ་ཡང་སྟོང་  
 བརྩེ་བ་ཡོད་པ་རྣམས་སོ། །དེ་ལྷ་བུའི་དལ་འབྱོར་རྟེན་པར་དཀའ་བའི་རྒྱ་མཆོར་  
 ལ་གསུམ་ཏེ། གྲངས་ཀྱི་སྟོ་ནས་དང་། རྒྱུའི་སྟོ་ནས་དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་སྟོ་ནས་  
 རྟེན་པར་དཀའ་བའོ། །དང་པོ་ནི། དལ་འབྱོར་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པའི་མི་ལུས་  
 བྱད་པར་ཅན་རྟེན་པ་ལྷ་ཞོག་ མི་ལུས་པལ་པ་ཅན་རྟེན་པ་ཡང་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་  
 སེམས་ཅན་ལ་ལྟོས་ན་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་བས་ཀྱང་ཆེས་ཉུང་སྟེ། དབྱར་གྱི་རྫིང་  
 གཅིག་ལ་ཡོད་པའི་སྟོག་ཆགས་བས་ཀྱང་འཛམ་བུ་གླིང་པའི་མི་ཆེས་ཉུང་། དེའི་  
 ཕྱིར་བཤེས་སྤྱིང་ལས། རྒྱ་མཆོ་གཅིག་གནས་གཉའ་ཤིང་བུ་ག་དང་། །རུས་སྤལ་  
 བྲང་པ་བས་ཀྱང་དུད་འགྲོ་ལས། །མི་ཉིད་ཆེས་ཐོབ་དཀའ་བས་མི་དབང་གིས། །  
 དམ་ཆོས་སྟོད་པས་དེ་འབྲས་མཆིས་པར་མཛོད། །ཅིས་གསུངས་སོ། །དལ་འབྱོར་

གྱི་མི་ལུས་བྱུང་པར་ཅན་ཐོབ་པ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ཆེས་ཤིན་ཏུ་དགོན་ཏེ། སངས་  
 རྒྱལ་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པ་ནི་ལུ་དུམ་མ་རའི་མེ་ཏོག་ལྟར་ཤིན་ཏུ་དགོན་ལ།  
 སངས་རྒྱལ་མ་བྱོན་པར་བསྟན་པ་མི་འབྱུང་ཞིང་། བསྟན་པ་མེད་པར་དལ་འབྱོར་  
 ཐོབ་པ་མི་སྤིང་པའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་མདོ་ལས་སངས་རྒྱལ་འབྱུང་བ་ཡང་རྟེན་  
 པར་དཀའ་དལ་བ་འབྱོར་བ་ཡང་རྟེན་པར་དཀའ། ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་བྱིར་  
 རན་སོང་གི་སེམས་ཅན་ལ་ལྟོས་ན་མི་ལུས་ཅུ་པོ་ཐོབ་པ་ཆེས་ཉུང་བ་བཞིན་ནོ། །  
 དེ་བས་ཀྱང་མི་ལུས་ཅུ་པོ་ལས་དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་ཐོབ་པ་ཆེས་དགོན་པ་གཤམ་  
 པར་བྱས་ན། དབུལ་པོས་ནོར་བུ་རྟེན་པ་ལྟར་སྟེས་དབང་ཅུ་ཁྱིམ་དལ་འབྱོར་  
 ཐེངས་གཅིག་རྟེན་པ་འདི། ཅིས་ཀྱང་ཆུད་མི་ཟ་བ་ཞིག་བྱེད་དགོས་སྟུམ་དུ་ཡང་  
 ཡང་བསམ། གཉིས་པ་རྒྱུད་སྒྲོ་ནས་རྟེན་པར་དཀའ་བ་ནི། མི་ལུས་ཐོབ་པ་ལ་རྒྱ་  
 དགེ་བ་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་དགོས་ལ། འཛིག་རྟེན་ན་དགེ་བའི་སེམས་སྟེ་བ་ཡང་  
 མཚན་མོ་ལུན་ནག་ལ་སྟོག་འབྱུང་བ་ལྟར། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཕྱིན་ལས་གྱི་རེས་འགའ་  
 སྤིང་པ་ཅུ་པོ་ཡིན་ཏེ། སྟོང་འདུག་ལས། ཇི་ལྟར་མཚན་མོ་ལུན་ནག་སྤིན་རུམ་དུ། །  
 སྟོག་འབྱུང་སྐད་ཅིག་རབ་སྒྲུང་སྟོན་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་སངས་རྒྱལ་མཐུ་ཡིས་བརྒྱ་  
 ལམ་ན། །འཛིག་རྟེན་བསོད་ནམས་སྟོ་གྲོས་ཐང་འགའ་འབྱུང་། །དེ་ལྟས་དགེ་བ་  
 ཉམ་ཆུང་ཉིད་ལ་བརྟག། ཅིས་གསུངས་སོ། །དགེ་བའི་ནང་ནས་ཀྱང་མི་དགེ་བ་  
 སྟོང་བའི་ཚུལ་བྱིམས་བསྐྱུང་བ་ལས་མི་ལུས་ཐོབ་པ་ཡིན་གྱི། སྤིན་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་དགེ་བ་གཞན་གང་ཡང་རུང་བས་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་ལ། ཚུལ་བྱིམས་བསྐྱུང་བ་



ཡང་ཆེས་ཤིན་ཏུ་དགོན་ཏེ། མདོ་ལས། སྤྱིན་པ་ཤན་པ་རྣམས་དང་ནི། །རིགས་  
 ངན་རྣམས་ཀྱང་གཏོང་བར་བྱེད། །གང་ཡང་རུང་བས་ཚུལ་བྱིམས་ནི། །བསྐྱུང་བར་  
 རུས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་བས་ན་མི་ལུས་ཙམ་གྱི་རྒྱ་ཡང་ཤིན་ཏུ་  
 དགོན་ན། གོང་དུ་བཤད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཙན་གྱི་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པའི་རྒྱ་དགོན་  
 པ་ལྷ་སྒྲོལ་ཀྱང་ཅི་དགོས། དེས་ན་རྒྱའི་སྒྲོལ་སྤྱོད་ཀྱང་དལ་འབྱོར་འདི་རྟེན་པ་ཤིན་  
 ཏུ་དཀའ་སྒྲུལ་དུ་ཡང་ཡང་བསམ། གྲངས་དང་རྒྱའི་སྒྲོལ་སྤྱོད་དལ་འབྱོར་རྟེན་པར་  
 དཀའ་བར་མ་ཟད་ཡོན་ཏན་གྱི་སྒྲོལ་སྤྱོད་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་རྟེན་པར་དཀའ་སྒྲེ། འཁོར་བ་  
 སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་མཆོ་ལས་སྒྲོལ་བ་མིའི་ལུས་ལ་བརྟེན་དགོས་ཏེ། ཐར་པ་དང་  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་སྤྱར་མེད་གསར་དུ་སྒྲེ་བ་ཡང་མི་ལུས་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་  
 པ་ཡིན་གྱི་འགྲོ་བ་གཞན་ལ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཡང་སྒྲོལ་སྤྱོད་ལས། གང་ཞིག་  
 ཐོབ་ནས་སྒྲེ་བའི་རྒྱ་མཆོ་མཐར་འབྱེན་ཅིང་། །བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་ས་བོན་དག་  
 བའང་འདེབས་འགྱུར་ལ། །ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་བས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་ཆོས་སྤྱག་པའི། །  
 མི་ལུས་དེ་ནི་སྤྱ་ཞིག་འབྲས་བུ་མེད་པར་བྱེད། །བདེ་གཤེགས་ལམ་བརྟེན་འགྲོ་  
 བའི་འདྲན་པར་ཆས་གྱུར་པའི། །སེམས་ཀྱི་སྒྲོལ་སྤྱོད་ཆེན་མི་ཡིས་རྟེན་པ་གང་ཡིན་  
 པའི། །ལམ་དེ་ལྟ་དང་གྲུ་ཡིས་རྟེན་མིན་ལྟ་མིན་དང་། །མཁའ་ཁྱིམ་རིག་འཛིན་  
 མིའམ་ཅི་དང་ལྟོ་འབྲེས་མིན། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། སྤྱོད་འདུག་ལས་ཀྱང་། དལ་  
 འབྱོར་འདི་ནི་རྟེན་པར་ཤིན་ཏུ་དཀའ། །སྒྲེས་བུའི་དོན་གྲུབ་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ལ། །  
 གལ་ཏེ་འདི་ལ་ཡན་པ་མ་བསྐྱབས་ན། །ཁྱིམ་ནི་ཡང་དག་འབྱོར་པ་གལ་འགྱུར། །

ཅེས་དང་། མིའི་གྲུ་ལ་བརྟེན་ནས་ནི། །སྤྲུག་བསྐྱེལ་རྒྱ་མཚོ་ཆེ་ལས་སྒྲོལ། །གྲུ་  
འདི་ཕྱི་ནས་རྟེན་དཀའ་བས། །སྒྲོངས་པ་དུས་སུ་གཉིད་མ་ལོག། ཅེས་གསུངས་  
སོ། །དེ་ལྷ་བྱ་རྟེན་པར་དཀའ་ཞིང་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པའི་མིའི་ལུས་དེ་ཡང་། གནས་  
སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་ལན་བདེའི་རྒྱ་དམ་པའི་ཆོས་སྒྱུབ་ན་དོན་ཡོད་བྱས་པ་  
ཡིན་གྱི། ཆེ་འདིའི་ཕོ་གྲུང་སོགས་ཀྱི་མདུན་མ་དགྲ་འདུལ་གཉིན་སྒྲོང་བ་སོགས་  
ཀྱིས་ནི། དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་དུ་བྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གི་ཆེད་དུ་ལས་རན་  
མང་པོ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་རིན་པོ་ཆའི་སྣོད་དུ་རན་སྒྱགས་འབྲུགས་པ་ལྟར་དམ་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་བྲེལ་བའི་གནས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྷར་ཡང་བཤེས་སྒྲིང་ལས།  
གང་ཞིག་གསེར་སྣོད་རིན་ཆེན་སྒྲུས་པ་ཡིས། །རན་སྒྱགས་འབྲུག་པར་བབྱིད་པ་  
དེ་བས་ཀྱང་། །གང་ཞིག་མི་རུ་སྒྲེས་ནས་སྤྲིག་པ་དག། །བབྱིད་པ་དེ་ནི་ཤེས་རབ་  
བྱུན་པ་ལགས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་བས་ན་ཤིན་ཏུ་རྟེན་པར་དཀའ་བའི་དལ་  
འབྱོར་ཐོབ་པའི་དུས་འདིར། གནས་སྐབས་མདོན་པར་མཐོ་བའི་ལྷ་མིའི་ལུས་  
དང་། མཐར་ཐུག་རིས་ལེགས་བྱང་ཆུབ་གསུམ་ཐོབ་པའི་ལམ་ལ་འབད་པའི་སྒྲོ་  
ནས། དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་པར་བྱ་སྒྲུམ་པའི་བསམ་པ་ཡང་ཡང་སྒྲེད་དོ། །

གཉིས་པ་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་བསམ་པ་ནི། དེ་ལྷར་དལ་འབྱོར་རྟེན་པར་  
དཀའ་ཞིང་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པར་ཤེས་ཀྱང་། ཆེ་སྒྲོག་རྟག་པར་འཛིན་ཅིང་འཆི་  
བ་མི་རྟག་པ་མ་དུན་པའི་དབང་གིས་ཆེ་འདིའི་གྲུབས་ཤོམ་ལ་ཤོར་ནས་ཆོས་བྱེད་  
པའི་སྒྲོ་མི་དུན་པ་ཡིན་པས། དེའི་ཕྱིར་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་བསམ་དགོས་ལ། དེ་

ཡང་སྒྲིར་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་སྒྲན་ཅིག་གིས་འཛིག་ཅིང་། བྱང་པར་སྒྲེས་བུའི་  
 ཆེ་ཆེ་རི་གཟར་གྱི་འབབ་ཆུ་དང་། རྒྱང་ནང་གི་མར་མེ་དང་། ཆུའི་ཆུ་བུར་དང་།  
 སྒྲན་ཅིག་གྱང་མི་རྟག་པས་ཡིད་བརྟན་དུ་མི་རུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྒྲན་དུ་ཡང་མདོ་  
 ལས། སྒྲིང་གསུམ་མི་རྟག་སྟོན་ཀའི་སྒྲིན་དང་འདྲ། །འགྲོ་བའི་སྒྲེ་འཆིག་པ་ལ་ལྷ་  
 དང་མཆུངས། །སྒྲེས་བུའི་ཆེ་འགྲོ་ནམ་མཁའི་གྲོག་འདྲ་སྟེ། །རིག་གཟར་འབབ་ཆུ་  
 བཞིན་དུ་སྒྲུར་མགྲོགས་འགྲོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། བཤེས་སྒྲིང་ལས། ཆེ་འདི་  
 གཞོན་མར་རྒྱང་གིས་བཏབ་པ་ཡི། །ཆུ་ཡི་ཆུ་བུར་བས་གྱང་མི་རྟག་ན། །དབུགས་  
 དབྱུང་དབུགས་རྒྱབ་གཉིད་གྱིས་ལོག་པ་ལས། །སང་ཁོམ་གང་ལགས་དེ་ནི་རོ་  
 མཆར་ཆེ། །ཞེས་དང་། སྒྲོབ་སྒྲིང་ལས། མིའི་དངོས་པོ་ཤིན་ཏུ་རྒྱུད་དཀའ་རྒྱུད་  
 གྱུར་ནས། །དོན་དུ་བརྟག་པ་གང་ཡིན་དེ་ནི་སྒྲུན་དེ་བསྒྲུབ། །མར་མེའི་རྩེ་མོ་ཤུགས་  
 དྲག་རྒྱང་གིས་བསྒྲོད་ལྷ་ཡི། །ཆེ་ཆེ་སྒྲན་ཅིག་གནས་པའི་གདེངས་ཡང་ཡོད་མ་  
 ཡིན། །ཅེས་གསུངས་སོ། །དེས་ན་ཆུ་བུར་ལྷ་བུའི་ལུས་སྒྲོག་མི་བརྟན་པ་ནམ་འཆི་  
 ཆ་མེད་བཞིན་དུ་ལོ་ལྷ་མར་པོར་སྒྲོད་པའི་སོ་ཆེས་དང་གྲབས་ཤོམ་བྱེད་པ་ནི་རང་  
 ཟ་བར་ཆས་པའི་གཤིན་རྗེས་གད་མོ་འཆོར་བའི་གནས་ཡིན་ཏེ། སྒྲོབ་སྒྲིང་ལས།  
 འདི་ནི་སང་བྱ་འདི་ནི་ཐང་ཅིག་འོག་ཏུ་བྱ། །འདི་ནི་དེ་ལུ་རེ་བྱ་ཞེས་སྒྲེ་བོ་སེམས་པ་  
 ཅན། །གཤིན་རྗེ་བེ་ཆེན་ཕྱག་ཐོགས་བྱུར་གྱིས་བལྟ་བ་ཡི། །མིག་རྩ་དམར་ཁྲོས་མ་  
 རུང་གད་མོ་རེ་སྟམ་འདེབས། །ཅེས་གསུངས་སོ། །དེ་བས་ན་སྒྲེ་རབས་ལས། མི་  
 དེ་དབའ་བོ་མཆོན་ཆ་ཐོགས་པ་ནི། །གང་ནས་འཛིག་རྟེན་མངལ་དུ་ཞུགས་གྱུར་



པ། རྟེན་ནས་གཟུང་སྟེ་སྐད་ཅིག་མི་སྟོང་པ། །འགྲོ་ཤོད་མེད་པར་འཆི་བདག་  
 གུང་དུ་འགྲོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དཔེར་ན་གསོད་སར་བྱིད་པའི་ཕྱགས་  
 རྣམས་གོས་པ་རེ་རེ་ཞིང་འཆི་བ་ལ་ཉེ་བ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། མི་རྣམས་ཀྱང་མའི་  
 མདལ་དུ་ཞུགས་པའི་མཆན་མོ་ནས་གཟུང་སྟེ། རི་སྤྱིད་མ་གྱིའི་བར་དུ་སྐད་ཅིག་  
 རེ་རེ་ཞིང་འཆི་བདག་གི་གུང་དུ་སྟེགས་པ་ཡིན་བཞིན་དུ། དེ་ལྟར་མི་ཤེས་པར།  
 དབྱིད་རྩ་གིང་སོགས་ཁ་འབུམ་པ་དང་། སོས་ཀ་མེ་ཏོག་རྒྱས་པ་དང་། སྟོན་དུས་  
 རྩི་བཙུང་དང་འབྲས་བུ་སོགས་སྟོན་པའི་དུས་ཚིགས་ཀྱི་དཔལ་ལ་མཛོན་པར་  
 དགའ་ཞིང་། དེ་ཙམ་དུ་བདག་གི་ཆེ་ཡང་ཟད་དོ་སྟམ་དུ་མི་སེམས་པ་ནི། ཏྲག་  
 འཛིན་གྱི་ཐུན་པས་སྒྲིབ་པ་གིན་དུ་བྱུན་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོབ་སྟོབ་ལས། སོས་ཀ་མེ་  
 ཏོག་རྒྱས་པའི་དུས་འདི་འབྱུང་འབྱུར་ཞིང་། །ཟླ་བ་གསལ་བས་མཆན་པའི་སྟོན་  
 དུས་འདི་འབྱུང་ཞེས། །སྟེ་བོ་ཐམས་ཅད་དགའ་འབྱུར་བདག་གི་ཆེ་འདི་ནི། །ཟད་  
 པར་འབྱུར་ཞེས་གིན་དུ་མི་དགར་སེམས་པའང་མེད། །ཞེས་གསུངས། དེའི་ཆེ་  
 སྟེས་བུའི་ཆེ་སྟོག་ནི་འཆོ་བའི་མཐུན་རྒྱུན། ཟས་དང་གོས་དང་སྒྲན་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ནི་འབད་པས་བསྐྱབ་དགོས་གིང་རྟེན་པར་དགའ་ལ། འགལ་རྒྱུན་ནད་  
 བཞི་བརྒྱ་རྩ་བཞི་ལ་སོགས་པ་ནད་གི་རྒྱུན་དང་། དུག་མཆོན་གཡང་ས། མི་དང་  
 མི་མ་ཡིན་པའི་ཉར་འཆོ་སོགས་ཕྱིའི་འགལ་རྒྱུན་གིན་དུ་མང་བའི་ཕྱིར། རྣམ་འཆི་  
 ཆ་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱས་ནས། དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་ལ་འབད་དགོས་ཏེ། རིན་  
 ཆེན་ཕྱིར་བ་ལས། འཆི་བའི་རྒྱུན་ནི་མང་བ་སྟེ། །གསོན་པ་ཡི་ནི་ཉུང་ཟད་གཅིག །

དེ་དག་ཉིད་ཀྱང་འཆི་བའི་རྒྱུ། །དེ་བས་རྟག་དྲུག་ཆོས་མཛོད་ཅིག། ཅེས་གསུངས་  
སོ། །དེ་བས་ན་དེང་སང་ཆོ་ལོ་བརྒྱ་པར་བྱེད་ཀྱང་། རང་གི་མཐོང་ཆོད་ལ་ཆོ་  
མཐར་འབྲེལ་བ་རྣམས་ཀྱང་། རྟག་ཅུ་ཁ་རལ་ལས་མི་བྱུང་བར་སྤང་ཞིང་། རང་  
གིས་ཀྱང་སྤང་ཅི་ཙམ་སོང་ད་ཆོ་མཐར་འབྲེལ་ཡང་ཅི་ཙམ་བྱུང་། ཆོ་མཐར་འབྲེལ་  
བའི་གདེང་ཡང་ཅི་ཡོད་བསམ། གཞན་ཡང་རང་ལས་གཞིན་པ་དང་། སྐར་པ་  
དང་། བ་ཆོད་མཉམ་པ་ཡང་ཅི་ཙམ་གྱི་བསམ་ཞིང་། ཆོ་བྱི་མ་དང་ལྷ་བྱི་མ་དང་།  
ཞག་བྱི་མ་གང་སྤྲི་མི་གཤམ་སྤྲི་མ་དུ་བསམས་ལ། བས་འཆི་ཆ་མེད་ཡང་ཡང་དུན་  
པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་དལ་འབྱོར་རྟོག་པར་དཀའ་བ་དང་། འཆི་བ་མི་རྟག་པ་གཤམ་  
དགེ་སྤྲི་གི་སྦྱོར་ཡོན་མཐོང་ནས། དེ་དག་རྣམས་ལ་སྤང་དོར་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱེད་  
དགོས་པས།

ལས་རྒྱ་འབྲས་བསམ་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། དགེ་མི་དགའི་ངོ་བོ། དབྱེ་བ།  
དེ་དག་གི་འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག་རྣམས་སོ། །དང་པོ་ནི། འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་  
གཏི་མུག་གསུམ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་སྒོ་གསུམ་གྱི་ལས་ནི་མི་དགེ་བ་སྟེ། རྣམ་སྦྱོར་  
ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་འབྱེན་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་། འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་  
མུག་གསུམ། །དེས་བསྐྱེད་ལས་ནི་མི་དགེ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །མ་ཆགས་  
པ་དང་ཞེ་སྤང་མེད་པ་དང་གཏི་མུག་མེད་པ་དང་གསུམ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་སྒོ་གསུམ་  
གྱི་ལས་ནི་དགེ་བ་སྟེ། རྣམ་སྦྱོར་ཡིད་དུ་འོང་བ་འབྱེན་པའི་བྱིར་རོ། །འདོད་  
ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་མུག་མེད། །དེས་བསྐྱེད་ལས་ནི་དགེ་བའོ། །ཞེས་སོ། །མི་དགེ་





གཞན་བསྐྱར་བས། །འག་དོན་མཛོན་པར་གོ་བའོ། །ཞེས་སོ། །ཕྱ་མ་ནི། བ་རོལ་  
 མཛོན་བ་མི་མཛོན་བར་བྱ་བའམ། མི་མཛོན་བ་སྐྱར་མི་འདུམས་པའི་བྱིར་དུ་བདེན་  
 པའམ་རྩུན་པའི་ཚིག་སྒྲིམ་ཏེ་དོན་གོ་བའོ། །ཕྱ་མ་པ་རོལ་དགྱེ་བའི་ཆེད། །ཉོན་  
 མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱི་ཚིག་ །ཅེས་སོ། །ཚིག་རྩུབ་ནི། སེམས་ཅན་གཞན་ལ་མི་  
 སྟོན་པའི་ཚིག་སྒྲིམ་བའོ། །ཚིག་རྩུབ་པ་ནི་མི་སྟོན་པའོ། །ཞེས་སོ། །འག་འབྱུལ་  
 བ་ནི། །ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱར་བའི་འག་གར་ཡང་རུང་  
 བའོ། །ཉོན་མོངས་ཅན་ཀུན་གྱི་ལ་བ་ཡིན། །ཅེས་སོ། །གཞོད་སེམས་ནི། སེམས་  
 ཅན་གཞན་ལ་ཞེ་སྤང་བ་སྟེ། གཞོད་སེམས་སེམས་ཅན་ལ་སྤང་བའོ། །ཞེས་སོ།  
 བརྒྱབ་སེམས་ནི། གཞན་གྱི་ལོངས་སྟོང་ལ་ཆགས་པས་བདག་གིར་བྱེད་པ་འདོད་  
 པ་ཡིན་ལ། ལོག་ལྟ་ནི། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་བྱུང་གི་རྒྱ་འབྲས་ལ་མེད་  
 ཅེས་བསྐྱར་བ་འདེབས་པའོ། །རྒྱ་དང་ལས་ལ་བསྐྱར་འདེབས་པ། །ལོག་པར་ལྟ་  
 བ་བརྒྱབ་སེམས་ནི། །འདོད་པས་གཞན་གྱི་ནོར་ལ་ཆགས། །ཞེས་སོ། །མི་དགེ་བ་  
 བཅུ་པོ་དེ་དག་ལ་ཡང་། རྒྱུའམ་ཀུན་སྟོང་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་གསུམ་ཀ་  
 འབྱུང་ལ། དེའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་། སྟོག་གཅོད་ཚིག་རྩུབ་གཞོད་སེམས་རྣམས་ཀྱི་  
 བྱི་ཞེ་སྤང་ཡིན་ལ། འདོད་ལོག་ མ་བྱིན་ལེན། བརྒྱབ་སེམས་རྣམས་ཀྱི་ནི་འདོད་  
 ཆགས་ཡིན་ལ། ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱི་དེའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་ནི་གསུམ་ཀ་འབྱུང་གིས་  
 དོ། །དེ་ལ་ཆེ་འབྲིང་གི་དགྱེ་བ་ནི། མི་དགེ་བ་དེ་དག་ཡུལ་དགོན་མཆོག་དང་པ་  
 མ་དང་། སྤྱ་མ་དང་། ཀུན་སྟོང་དུག་གསུམ་དུག་པོ་དང་། ལན་གྲངས་མང་དུ་བྱས་

པ་ནི་ཆེན་པོ་ཡིན་ལ། ཡུལ་གཞན་ལ་ཀུན་སློང་འབྲིང་ཙམ་དང་། ལན་གཉིས་  
 ཙམ་བྱས་པ་ནི་འབྲིང་། ཀུན་སློང་ཞན་པ་དང་། ལན་ཅིག་ཙམ་བྱས་པ་ནི་ཆུང་དུ་  
 ཞེས་བྱའོ། །མི་དགེ་བ་དེ་དག་གྱང་ཤན་པ་དང་། རྗེན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆུང་ལ་  
 ཡོད་པ་ནི། སྒྲིམ་མིན་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོབས་ཆེ་ལ། གཞན་གྱི་ཆུང་ལ་ཡོད་པ་ནི། བར་  
 མའི་མི་དགེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོབས་ཆུང་ངོ་། །དགེ་བའི་ལས་ལམ་བརྟུ་ཡང་། ལུས་  
 གྱི་གསུམ་དང་། རག་གི་བཞི་དང་། ཡིད་གྱི་གསུམ་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་དག་གྱང་  
 སྒྲར་བཤད་པའི་མི་དགེ་བ་བརྟུ་པོ་དེ་དག་གི་གཞི་ནི་བར་གནས་པ་ན། རང་སྒྲོས་  
 གྱི་ངོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་། གཞན་སྒྲོས་གྱི་བྲེལ་ཡོད་པའི་དབང་གིས་འདི་ལྟ་བུ་བདག་  
 གིས་བྱར་མི་རུང་ཞེས་སེམས་གྱིས་སྤང་ཞིང་། ལུས་རག་གི་སྒྲར་སྒྲོག་པ་ཡིན་ཏེ། རིན་  
 ཆེན་སྤང་བར། མི་གསོད་པ་དང་རྒྱ་སྤོང་དང་། །གཞན་གྱི་ཆུང་མ་སྤོང་བ་དང་། །  
 ལོག་ལྟ་སྤྲ་བ་རྩལ་ཉིད་དང་། །མ་འབྲེལ་སྤྲ་བ་ཡང་དག་སྤྲོམ། །ཆགས་དང་གཞོད་  
 སེམས་མེད་པ་དང་། །ཡིད་གྱི་ལྟ་བ་ཡོངས་སྤོང་བ། །འདི་དག་ལས་ལམ་དཀར་  
 བརྟུ་སྟེ། །བསྒྲོག་པ་དག་ནི་ནག་པོ་ཡིན། །ཅིས་གསུངས་སོ། །འདི་དག་གི་ཆེ་  
 འབྲིང་དབྱེ་བ་ཡང་མི་དགེ་བ་ཆེ་འབྲིང་གི་དབྱེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་དཔགས་ནས་ཤེས་  
 པར་བྱའོ། །ཡང་དགེ་བ་བརྟུ་པོ་དེ་དག་མཁན་སློབ་ལ་སོགས་པའི་བྱང་དུ་ཆོ་གས་  
 སྤངས་པ་ནི་སྒྲིམ་པས་བསྐྱས་པ་ཡིན་ལ། སྒྲིམ་པ་དང་མི་ལྟན་པའི་ཆུང་ལ་ཡོད་པ་  
 ནི་བར་མའི་དགེ་བ་ཞེས་བྱ་ལ། དགེ་བ་དེ་དག་ཟག་བཅས་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་  
 ཐོབ་པ་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲིམ་པ་ཞེས་བྱའོ། །གཞན་ཡང་། དགེ་བ་དང་མི་དགེ་

བའི་ལས་གང་ཁྱད་པར་རྣམ་པ་ལྷ་དང་ལྷན་པ་ནི་འབྲས་བུ་རེས་པ་དང་མང་པོ་  
 འབྱེན་པའི་ཕྱིར་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་དག་གྲང་གང་ཞེན། སྦྱོར་བ་དང་། བསམ་  
 པ་དང་། གཉེན་པོ་དང་། གཞིའི་ཁྱད་པར་རྣམས་སོ། །དེ་ལ་སྦྱོར་བའི་ཁྱད་པར་ནི།  
 ལས་དེ་དུས་རྟག་ཏུ་བྱེད་པའོ། །བསམ་པའི་ཁྱད་པར་ནི། ཉོན་མོངས་དང་རབ་  
 ཏུ་དང་བ་སོགས་མངོན་ཞེན་དགས་པོས་བྱས་པའོ། །གཉེན་པོའི་ཁྱད་པར་ནི། ལས་  
 དེ་ལ་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་མེད་པའོ། །གཞིའི་ཁྱད་པར་ནི་གཉིས་ཏེ། ཡན་  
 འདོགས་པའི་གཞི་ནི་པ་མ་དང་ཆོས་སྒྲུབ་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་ཡན་འདོགས་པ་ནི་དོམ་  
 དང་སྒྲེའུ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲེས་རབས་བཞིན་ནོ། །ཡོན་ཏན་གཙོ་བོ་དང་ལྷན་པའི་  
 གཞི་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་། འགོག་པ་ལས་ལངས་པ་སོགས་སོ། །དེ་  
 དག་ལ་ཡན་གཞོད་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བ་ནི། གཞིའི་ཁྱད་པར་ལས་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ། །  
 བཤེས་སྦྱིང་ལས། རྟག་དང་མངོན་པར་ཞེན་དང་གཉེན་པོ་མེད། །ཡོན་ཏན་གཙོ་བོ་  
 ལྷན་གཞི་ལས་བྱུང་བའི་ལས། །དག་དང་མི་དག་རྣམ་ལྷ་ཆེན་པོ་སྟེ། །དེ་བས་  
 དག་བ་སྦྱོད་ལ་བརྩོན་པར་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྷ་བུའི་ཁྱད་པར་དང་  
 ལྷན་པའི་དག་མི་དགའི་ལས་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་ཞེས་བྱ་ལ། རྣལ་སྦྱོན་སྦྱོང་རེས་  
 པའི་ལས་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་གཞན་པའི་དག་མི་དགའི་ལས་དག་ནི། སྦྱོང་བ་མ་  
 རེས་པའི་ལས་ཞེས་བྱའོ། །གསུམ་པ་དག་མི་དགའི་ལས་དེ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུའི་  
 ཁྱད་པར་གྱི་རྣམ་གཞག་ནི། སྦྱོང་དང་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི། མི་  
 དག་བའི་ལས་ཀྱིས་ནི་བདེ་འགྲོ་དང་རན་འགྲོ་གང་དུ་སྦྱེས་གྲང་སྦྱག་བསྒྲུལ་ཁོ་ན་



སྒྲིབ་ལ། དགོ་བའི་ལས་ཀྱིས་བདེ་འགྲོ་དང་བདེ་བ་ཁོ་ན་སྒྲི་སྒྲི། རིན་ཆེན་སྒྲིབ་  
བར། མི་དགོ་བ་ལས་སྒྲིག་བསྒྲུལ་ཀྱང། །དེ་བཞིན་རན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་དོ། །  
དགོ་བས་བདེ་འགྲོ་ཐམས་ཅད་དང་། །སྒྲི་བ་ཀྱང་ཏུ་བདེ་བ་དག །ཅེས་གསུངས་  
སོ། །དེ་བས་ན་མི་དགོ་བའི་ཏུ་བ་དུག་གསུམ་འབད་བས་སྒྲོང་དགོས་ཤིང་། དགོ་  
བའི་ཏུ་བ་མ་ཆགས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་ནི་གུས་པས་བསྐྱེན་པར་བྱ་སྒྲི། རྩི་  
སྒྲིབ་དུ། ཆགས་པ་ཞེ་སྒྲིབ་གཏི་མུག་དག །ཅེས་པར་མཐེན་ནས་ཡོངས་སུ་སྒྲོང་ས། །  
མ་ཆགས་ཞེ་སྒྲིབ་གཏི་མུག་མེད། །ཡོན་ཏན་མཐེན་ནས་གུས་པས་བསྐྱེན། །ཅེས་  
གསུངས་སོ། །

གཅིས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལ། མི་དགོ་བ་དང་། དགོ་བའི་འབྲས་བུ་  
བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་གཅིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི། མི་དགོ་བའི་ལས་དེ་དག་ལ་ཡང་  
འབྲས་བུ་གསུམ་སྒྲི། རྣམ་སྒྲིན་དང་། རྒྱུ་མཐུན་པ་དང་། དབང་གི་འབྲས་བུའོ། །  
དང་པོ་ནི། མི་དགོ་བ་བཅུད་ལས་དེ་དག་ལ། རྒྱུ་དང་དེའི་དུས་ཀྱི་ཀྱང་སྒྲོང་ཞེ་  
སྒྲིབ་ཤས་ཆེ་བས་ནི་རྣམ་སྒྲིན་དཔུལ་བ་སྒྲོང་ལ། ཆགས་པ་ཤས་ཆེ་བས་ནི་ཡི་  
དུགས་སུ་འགྱུར་ཞིང་། གཏི་མུག་ཤས་ཆེ་བས་ནི་དུད་འགྲོའོ། །དེ་སྒྲིབ་དུ་ཡང་།  
ཆགས་པས་ཡི་དུགས་འགྲོ་བར་འགྲོ། །ཞེ་སྒྲིབ་གིས་ནི་དཔུལ་བར་འཕེན། །སྒྲོང་ས་  
པས་པལ་ཆེར་དུད་འགྲོར་འགྲོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་། གོང་དུ་བཤད་  
བའི་མི་དགོ་བའི་ལས་ཆེན་པོས་དཔུལ་བ། འབྲིང་གིས་ཡི་དུགས། རྒྱུ་དུས་དུད་  
འགྲོར་འཕེན་པར་བྱེད་དོ། །གཅིས་པ་རྒྱུ་མཐུན་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ། སྒྲོང་བ་རྒྱུ་མཐུན་

དང་། བྱེད་པ་རྒྱུ་མཐུན་གཉིས་ཏེ། དང་པོ་ནི། མི་རུ་སྒྲེས་སུ་ཟེན་གྱི་འཆོ་བྱེད་པ་ལ་  
 སོགས་པ་མི་འདོད་པ་དུ་མ་འབྱུང་སྟེ། རིན་ཆེན་ཕྱེད་བར། གསོད་པ་ཡིས་ནི་ཆོ་  
 བྱེད་འགྱུར། །རྣམ་པར་འཆོ་བས་གཞོད་པ་མང་། །རྒྱ་བ་ཡིས་ནི་ལོངས་སྟོན་  
 སོངས། །བྱི་བོ་བྱས་པས་དགྲ་དང་བཅས། །རྩོན་དུ་སྤྲོ་བས་སྤྲོ་བ་མང་། །ཕྱ་མ་  
 ཡིས་ནི་བཤེས་དང་འབྱེད། །རྩུབ་མོ་ཉིད་ཀྱིས་མི་སྤྲོན་ཐོས། །མ་འབྲེལ་བ་ཡིས་  
 ཆོག་མི་བཟུན། །བརྒྱབ་སེམས་ཡིད་ལ་རེ་བ་འཛོམས། །གཞོད་སེམས་འཇིགས་  
 པ་སྒྱུན་པར་བྱེད། །ལོག་པར་ལྷ་བས་ལྷ་རན་ཉིད། །ཆར་འབྱུང་བ་ཡིས་སྟོ་འབྲུལ་  
 ཏེ། །མ་བྱིན་པ་ཡིས་དབུལ་བ་ཉིད། །ལོག་པ་ལྷ་བས་སྤྲོས་པ་སྟེ། །ཁེངས་པ་ཡིས་  
 རི་རིགས་རན་ཉིད། །ཕྱག་དོག་གིས་ནི་གཟི་རྒྱུད་ཉིད། །བྱོ་བས་ཁ་དོག་རན་པ་  
 ཉིད། །མཐས་ལ་མི་འདྲི་སྒྱུན་པ་ཉིད། །མི་ཉིད་ལ་ནི་འབྲས་བུ་འདི། །རྒྱུན་གྱི་  
 རན་འགྲོ་དང་པོ་འོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །བྱེད་པ་རྒྱུ་མཐུན་ནི། སྟོག་གཙོད་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་ལས་དེ་དང་དེ་བྱེད་པ་ལ་མཛོན་པར་དགའ་བའོ། །གསུམ་པ་དབང་  
 གི་འབྲས་བུ་ནི་ཡུལ་ཚུ་ཚོ་ཅན་དང་། རྩ་གིང་དང་ལོ་ཐོག་ལ་སོགས་པ་དུས་སུ་མི་  
 སྤྲོན་པ་དང་། །ཞིང་ལས་དང་། །ཆོང་ལས་ལ་སོགས་པ་ལས་ཀྱི་མཐའ་བསམ་  
 པའི་མི་འགྲུབ་པའི་ཡུལ་རན་པར་སྟེ་བའོ། །གཉིས་པ་དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་  
 བུ་ནི། མི་དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲོན་དང་། རྒྱུ་མཐུན་དང་། དབང་གི་འབྲས་བུ་དེ་  
 ལས་བརྒྱུག་ཏེ། བདེ་འགྲོ་ལྷ་མིའི་རྟོན་ལ་སྟོང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་ཡང་  
 རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱེད་བར། མི་དགེ་ཞེས་བྱ་དེ་དག་གི། །རྣམ་སྤྲོན་བརྒྱགས་པ་གང་ཡིན་

པ། །དགེ་བ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ལ། །འབྲས་བུ་དེ་ནི་བསྒྲོག་སྟེ་འབྱུང་། །ཞེས་  
བཤད་དོ། །དགེ་བའི་ལས་ལམ་བཅུ་པོ་སོ་ཐར་གྱི་སྟོམ་པས་བསྐྱས་པ་དང་། བར་  
མའི་དགེ་བས་བསྐྱས་པ་དག་ལ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་དག་གི་རྣམ་  
སྟྲོན་འདོད་ཁམས་ཀྱི་ལྷ་མིའི་དཔལ་འབྱོར་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། རིན་ཆེན་སྤང་བ་  
ལས། མི་དགེ་ཀུན་ལས་ལྷོག་བྱ་ཞིང་། །དགེ་ལ་རྟག་ཏུ་འཇུག་བྱ་བ། །འདི་ནི་  
ཆོས་རྣམས་གཉིས་སུ་བཤད། །ཆོས་འདི་དཔྱལ་བ་ཡི་དྲགས་དང་། །དུང་འགྲོ་  
དག་ལས་རྣམ་གྲོལ་ཞིང་། །ལྷ་དང་མི་ཡི་ནང་དག་ཏུ། །བདེ་དཔལ་རྒྱལ་སྤྱིད་  
རྒྱས་པར་ཤོག །ཅེས་གསུངས་སོ། །སྤར་བཤད་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་སྟོམ་པ་  
དང་། དེ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་། གཟུགས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་རྣམས་  
ནི་མི་གཡོ་བའི་ལས་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་དག་གི་རྣམ་སྟྲོན་ནི་ཁམས་གོང་མ་གཉིས་སུ་  
ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བདེ་བ་སྤྱང་བར་འགྱུར་ལ། བསམ་གཏན་ཆད་མེད་གཟུགས་མེད་  
ཀྱིས། །ཆངས་སོགས་བདེ་བ་སྤྱང་བར་བྱེད། །ཅེས་བཤད་དོ། །

དེ་ལྟར་མངོན་མཐོའི་ཆོས་འདི་ཡང་། །དེའི་འབྲས་བུ་མདོར་བསྐྱས་པའོ། །  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། །སྤར་བཤད་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་དགེ་བ་འབྲས་བུ་དང་  
བཅས་པ་འདི་དག་ནི་མངོན་པར་མཐོ་བའི་ཆོས་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པའི་རྣམ་  
གཞག་ཡིན་ལ། དེས་ལེགས་ཀྱི་ཆོས་འདི་ནི་འོག་ཏུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་  
ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་སྟྲོན་ཡོན་གྱི་རྣམ་གཞག་ལེགས་པར་ཤེས་པར་བྱས་ནས། དགེ་  
སྟོན་རྒྱུད་དུ་ལ་ཡང་བྱེད་དུ་མི་གསོད་པར་སྟོན་པ་ཕྱ་མོ་ནས་སྤྱང་ཞིང་། དགེ་བ་ཕྱ་



མོ་ནས་སྐྱབ་ན། དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་པར་བྱས་པ་ཡིན་ལ། མི་དག་གི་ཀུན་སྤྱོད་  
 ཞིང་དག་གི་ཀུན་སྐྱབ་པའི་རྣམས་པ་མེད་ནའང་། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་དག་སྤྱི་སྐྱ་  
 རེ་ཙམ་ལ་བྱང་དོར་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱས་ན་ཡང་མི་ཁོས་པར་སྐྱེས་པའི་སེམས་ཙན་  
 ལ་ལྷོས་ན། དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་པར་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་ལས་འབྲས་ཀྱི་  
 འབྲེལ་བ་ལ་སྤོངས་པས། མི་དག་གི་འཚོལ་བར་སྤྱོད་ཅིང་དག་གི་སྐྱ་རེ་ཙམ་ཡང་  
 སྐྱབ་པའི་སྐྱབས་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །བཤེས་སྤྱོད་ལས། ཁྱོད་ལ་དེ་སྐད་གདམས་  
 པ་གང་ལགས་ཏེ། །བས་པར་དག་སྤྱོད་གིས་ཀྱང་བགྱི་བར་དཀའ། །འདི་ལས་  
 གང་ཞིག་སྤྱོད་པའི་ངོ་བོ་དེ། །ཡོན་ཏན་སྤོན་པས་སྐྱ་ཆེ་དོན་ཡོད་མཛོད། །ཅེས་  
 གསུངས་སོ། །

བཞི་པ་ལའོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་ལ། ལའོར་བའི་ཉེས་དམིགས་  
 བསམ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་དངོས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།  
 དལ་འབྱོར་རྟོན་པར་དཀའ་བ་དང་། འཆི་བ་མི་རྟག་པ་ཤེས་ཤིང་། སྤྱི་པ་སྤྱོད་  
 ཞིང་དག་གི་སྐྱབ་པས། ལྷ་མིའི་བདེ་བ་ཙམ་ཐོབ་ཀྱང་དེ་ཙམ་ནི་མཁས་པ་རྣམས་  
 ཀྱི་ཡིད་བརྟན་དུ་རུང་བའི་གནས་མ་ཡིན་ཏེ། མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཐོ་རིས་ཀྱང་  
 དུད་འགྲོའི་གནས་ལྷར་ཡིད་དུ་མི་འོང་ཞིང་དཔུལ་བ་དང་མཚུངས་པར་སྤྲུག་བསྐྱེལ་  
 ཀྱི་གནས་སུ་མཐོང་སྟེ་དེ་སྐད་དུ་ཡང་མདོ་ལས། དག་སྤྱོད་དག་ང་ནི་མི་གཙང་བ་  
 རུང་དུ་ལ་ཡང་དྲི་མིང་བར་མི་སེམས་པའོ། །ཞེས་ལའོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་བདེ་བ་  
 ལ་ཡང་ཡིད་འབྱུང་བའི་གནས་སུ་གསུངས་ཤིང་། བཞི་བརྒྱ་པ་ལས་ཀྱང་། མཁས་

བ་རྣམས་ལ་མཐོ་རིས་ཀྱང་། །དུམ་ལ་བ་དང་མཚུངས་འཛིགས་པ་བསྐྱེད། །རྣམ་  
 བ་ཀུན་ཏུ་དེ་དག་ལ། །སྤྱིད་གང་འཛིགས་པ་མི་བསྐྱེད་དགོན། །ཞེས་དང་། ས་  
 སྤྱིང་སྤྱིག་པའི་རྣམ་སྒྲིན་ནི། །ཅོ་འདྲི་ཁོ་ན་ཡིན་པར་མཐོང་། །དེས་ན་སྤྱིད་པ་  
 གསོད་གནས་དང་། །མཚུངས་པར་དམ་པ་རྣམས་ལ་སྒྲུང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །  
 དེ་བས་ན་ལའོར་བའི་ཉེས་དམིགས་དྲན་པ་དེ་ཡིད་འབྱུང་མེད་ན་ཐར་པ་དོན་  
 གཉེར་གྱི་སྒོ་མི་སྐྱེ་སྐྱེ། བརྒྱ་པ་ལས། གང་ལ་འདིར་སྐྱོ་ཡོད་མིན་པ། །དེ་ལ་ཞི་  
 གུས་ག་ལ་ཡོད། །རང་ཁྱིམ་ལ་བཞིན་སྤྱིད་པ་ནི། །དེས་འབྱུང་གིན་ཏུ་རྟོན་པར་  
 དགའ། །ཞེས་དང་། རྣམ་འགྲེལ་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། ལའོར་བ་ལ་ཡིད་མ་འབྱུང་བའི། །  
 མེམས་ནི་ཐར་པ་དོན་གཉེར་མིན། །སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་གདུང་མེད་པར་ཡང་། །སྐྱེ་  
 བོ་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་མ་ཡིན། །ཅེས་བཤད་དོ། །དེ་བས་ན་བཤེས་སྤྱིང་ལས། སྒོ་བུར་  
 མགོ་འཕ་གོས་ལ་མེ་ཤོར་ན། །དེ་དག་བྱིར་བརློག་བགྱི་བ་བཏང་ནས་ཀྱང་། །ཡང་  
 སྤྱིད་མེད་པར་བགྱི་སྤྱད་འབད་འཆ་ལ་ཏེ། །དེ་བས་ཆེས་མཆོག་དགོས་པ་གཞན་  
 མ་མཆིས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལའོར་བ་མཐའ་དག་གི་ཉེས་དམིགས་དྲན་  
 པའི་སྒོ་ནས་ལའོར་བ་མེའི་འོབ་དང་། མི་གཙང་བའི་དོང་ལྟར་མཐོང་སྟེ། དེ་  
 སྤངས་ཏེ་ཐར་པ་ལྟ་རན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྒོ་རྣལ་མ་གཅིག་བསྐྱེད་  
 པར་བུའོ། །གཉིས་པ་ལའོར་བའི་ཉེས་དམིགས་དངོས་བསམ་པ་ལ་ལའོར་བ་སྐྱེ་  
 དང་། རྩེ་བྲག་སོ་སོའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི། བཤེས་  
 སྤྱིང་ལས། དེས་པ་འདོད་པས་ཐོངས་དང་འཆི་བ་དང་། །ན་ཤིང་ལ་སོགས་སྤྱུག་

བསྐྱེལ་དུ་མ་ཡི། །འབྱུང་གནས་ལའོར་བ་ལ་ནི་སྒྲིམ་ཇོ་ཅིང་། །འདིའི་ཉེས་པ་  
 གས་ཀྱང་གསུང་པར་མཛོད། །ཅིས་གསུངས་ཏེ། དེས་པ་ཞེས་རྒྱལ་པོ་ལ་བོས་  
 བས། ཟས་གོས་ལ་སོགས་པ་འདོད་པས་ཐོངས་པ་དང་། མཐར་འཁི་བ་དང་།  
 གནས་སྐབས་སུ་འབྱུང་བ་འབྱུང་བའི་ན་བ་དང་། བ་ཆོད་འབྱུང་བའི་རྒྱ་བ་དང་།  
 སོགས་པས་བསྐྱེལ་བའི་མུ་རན་དང་། སྒྲིམ་གསུང་འདོན་པ་ལ་སོགས་སྐྱེལ་བསྐྱེལ་  
 དུ་མའི་འབྱུང་གནས་ལའོར་བ་ལ་ནི་སྒྲིམ་པར་མཛོད་དགོས་ཏེ། ལའོར་བ་ལ་ཡིད་  
 མ་འབྱུང་ན་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲིམ་སྒྲིམ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྒྲིམ་བའི་ཐབས་སུ་ལའོར་  
 བ་འདིའི་ཉེས་པ་གས་ཀྱང་ཕྱོགས་ཅམ་བཞོད་ཀྱིས་གསུང་པར་མཛོད་ཅིག་ཅིས་ཏེ།  
 ལའོར་བའི་ཉེས་པ་རྫོགས་པར་བཞོད་མི་རུས་ཤིང་། ཕྱོགས་གཅིག་ཐོས་པས་  
 ཀྱང་ཡིད་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་། འགྲོ་བ་མཐའ་དག་རྒྱ་བ་དང་། བ་བ་  
 དང་། འཁི་བ་དང་། རྒྱུད་པའི་རྒྱ་བོ་ཆེན་པོ་བཞིས་གཡོས་ཏེ། སྐྱེལ་བསྐྱེལ་ཞིང་  
 ཡིད་འབྱུང་བའི་གནས་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་པ་ལས། དཔེར་ན་ཕྱོགས་  
 བཞིན་མ་རི་ཆེན་པོ་སྤྲ་བ་བརྟན་པ། སྤྲིང་པོ་དང་ལྷན་པ། མ་ཞིག་པ། མ་གས་པ།  
 འཕན་མེད་པ། ཤིན་ཏུ་འབྲེགས་པ་ཞིག་ལྷན་སྐྱེལ་པོ་བཞི་གནས་ལ་རེག་ཅིང་  
 ས་སྒྲིག་ཏེ། ཅ་དང་། ཤིང་དང་། ཤིང་གེལ་པ་དང་། ཡལ་ག་དང་། ལོ་མ་དང་།  
 སེམས་ཅན་སྒྲིག་ཆགས་འབྱུང་པོ་ཐམས་ཅད་ཕྱེ་མར་འབྲག་ཅིང་འོང་བ་ལ་ནི།  
 མགྲོགས་པས་འབྲོས་པའམ། སྤྲོས་ཀྱིས་བསྒྲོག་པའམ། རོར་གྱི་བསྒྲོག་པའམ།  
 རྫོས་དང་། སྐྱེལ་དང་། སྐྱེལ་གྱིས་བསྒྲོག་པར་སྤྲ་བ་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །རྒྱལ་པོ་ཆེན་



པོ་དེ་བཞིན་དུ་འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་བཞི་དག་འོང་སྟེ། དེ་དག་ལ་མཁྱེགས་པས་  
 བྱས་པའམ། ལྟོབས་ཀྱིས་བསྒྲེག་པའམ། རྩོམ་གྱི་བསྒྲེག་པའམ། རྩོམ་དང་སྒྲགས་  
 དང་སྒྲན་གྱིས་བསྒྲེག་པར་སྒྲ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །བཞི་གང་ཞེན། ཆ་བ་ད། ར་བ་དང་།  
 འཆི་བ་དང་། རྒྱད་པའོ། །རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཆ་བ་ནི། དར་ལ་བབ་པ་འཛོམས་ཤིང་  
 འོང་། ར་བ་ནི་ནད་མེད་པར་འཛོམས་ཤིང་འོང་། རྒྱད་པ་ནི་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་  
 ཐམས་ཅད་འཛོམས་ཤིང་འོང་། འཆི་བ་ནི་སྒྲིག་འཛོམས་ཤིང་འོང་སྟེ། དེ་དག་ལ་ནི་  
 མཁྱེགས་པས་བྱས་པའམ། ལྟོབས་ཀྱི་བསྒྲེག་པའམ། རྩོམ་གྱིས་བསྒྲེག་པའམ། རྩོམ་  
 དང་སྒྲགས་དང་སྒྲན་གྱིས་ནི་བར་སྒྲ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་སོ་སོའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་ལ། འགྲོ་བ་ལྟའི་སྐྱག་  
 བསྐལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བསམ་པ་ལ་ལྟ་ཡོད་པའི་དང་པོ། དཔྱལ་བའི་སྐྱག་བསྐལ་བསམ་  
 པ་ནི། སེམས་ཅན་ཉེས་པ་སྤྱད་པ་སྤྱོད་རྣམས་ལ། །ཡང་སོས་ཐིག་ནག་རབ་ཏུ་ཆ་  
 བ་དང་། །བསྐྱས་འཛོམས་དུ་འབོད་མནར་མེད་ལ་སོགས་པ། །དཔྱལ་བ་རྣམས་  
 སུ་རྟག་ཏུ་སྐྱག་བསྐལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིག་སུམ་གྱི་  
 ཉེས་པ་སྤྱད་པ་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཀྱིས། ཡང་སོས་དང་། ཐིག་ནག་དང་། བསྐྱས་འཛོམས་  
 དང་། དུ་འབོད་དང་། དུ་འབོད་ཆེན་པོ་དང་། ཆ་བ་དང་། རབ་ཏུ་ཆ་བ་དང་།  
 མནར་མེད་པ་ལ་སོགས་པས་བསྐྱས་པ་སྐྱག་མ་རྣམས་དང་། ཉི་ཆེ་བ་དང་། བྱང་  
 བའི་དཔྱལ་བ་རྣམས་སུ་རྟག་ཏུ་སྐྱག་བསྐལ་དག་མྱོང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་ཡང་  
 སོས་ནི། དེར་སྐྱེས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལན་ལྟན་མཐོང་བ་ན་སྒྲིག་ནས་གང་

སྒྲུངས་པ་མཆོན་ཆ་རྣམས་པོར་འགྱུར་ཏེ། འཕངས་པས་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་  
 བཅད་ཅིང་བརྒྱལ་ནས་ས་ལ་འགྲེལ་བ་ན། རྣམ་མཁའ་ནས་ཡང་ཁྱོད་རྣམས་སོས་  
 བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའི་སྒྲུང་བ་ན། ཡར་ལངས་ཤིང་སྒྲུ་མ་བཞིན་བྱ་སྟེ། གཞི་  
 དེ་ལས་ཡུན་རིང་པོར་སྒྲུག་བསྐྱལ་སྟོང་བར་འགྱུར་ཏེ། སེམས་ཅན་དེ་ནི་ཡང་སོས་  
 ཞེས་བྱའོ། །ཐིག་ནག་ཏུ་སྒྲེས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ། དཔྱལ་བསྐྱུང་རྣམས་  
 གྱིས་ལུས་ལ་ཐིག་ནག་པོ་བཞི་དང་། བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་བཏང་ནས་མཆོན་ཆ་སྒྲུ་  
 ཆོགས་གྱིས་བཤོག་ཅིང་གཅོད་པར་བྱེད་ལ། གཞི་དེ་ལས་ཡུན་རིང་པོ་སྒྲུག་བསྐྱལ་  
 སྟོང་བར་འགྱུར་ཏེ། སེམས་ཅན་དེ་ལ་ཐིག་ནག་ཅེས་བྱའོ། །བསྐྱུས་འཛོམས་ནི།  
 དཔྱལ་བསྐྱུང་རྣམས་གྱིས་སེམས་ཅན་རྣམས་སྟོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ནས་རི་ར་  
 དང་ལྷག་གི་གདོང་པ་འདྲ་བ་སོགས་གྱི་བར་དུ་བཅུག་ནས་འཛོར་ཞིང་། ཡང་འདྲུས་  
 པ་ན། ལྷགས་གྱི་འཕྲུལ་ལའོར་གྱི་ནང་དུ་བཅུག་ནས། བྱར་ཤིང་ལྷར་འཛོར་བར་  
 བྱེད་ཅིང་། སྒྲོ་ཀུན་ནས་ཐག་གི་རྒྱུན་འབབ་བོ། །ཡང་འདྲུས་པ་ན། ལྷགས་གྱི་པ་  
 འོར་གི་ཆར་འབབ་པས་གདུངས་ཤིང་ཀུན་ནས་གཉལ་བར་བྱེད་དེ། གཞི་དེ་ལས་  
 ཡུན་རིང་པོར་སྒྲུག་བསྐྱལ་སྟོང་བར་འགྱུར་པོ། །སེམས་ཅན་དེ་ནི་བསྐྱུས་འཛོམས་  
 ཞེས་བྱའོ། །དུ་འབོད་ནི། སེམས་ཅན་དེ་གནས་ཆོལ་ཞིང་འགྲོ་བ་ན་ལྷགས་གྱི་  
 ཁང་པའི་ནང་དུ་འདུག་པར་བྱེད་ལ། དེར་ཞུགས་པ་ན་མེ་བཏང་སྟེ། འབར་ཞིང་  
 ཀུན་ཏུ་རབ་ཏུ་འབར་བས་བསྐྱེག་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་ནི་དུ་ཞིང་ཉམ་ཐག་པའི་  
 སྐད་འབྱིན་པར་འགྱུར་ཏེ། གཞི་དེ་ལས་ཡུན་རིང་པོར་སྒྲུག་བསྐྱལ་སྟོང་བར་འགྱུར་

རོ། །སེམས་ཅན་དེ་ནི་དུ་འབོད་ཅེས་བྱའོ། །དུ་འབོད་ཆེན་པོ་ནི། དུ་འབོད་གྱི་  
སྐབས་སུ་བཤད་པའི་ཁང་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཉིས་སྟག་གི་ནང་ན་འདུག་པར་རིག་པར་  
བྱའོ། །ཆ་བཟ། དཔྱལ་བའི་སྤང་མས་སེམས་ཅན་དེ་དག་ལྷགས་གྱི་བུམ་པའི་  
ནང་དུ་བློ་ཆུང་འབར་བས་འཆོད་པ་དང་། ལྷགས་གྱི་སྤང་འབར་བའི་ནང་དུ་རྩོས་  
པ་དང་། ལྷགས་གྱི་ས་གཞི་འབར་བའི་སྤང་དུ་བློ་བ་འབར་བས་བརྟུང་བ་དང་།  
ལྷགས་གྱི་གསལ་གྱིང་འབར་བས་འཕོང་ནས་སྤྱི་བོའི་བར་དུ་བལ་བྱུང་དུ་སྟག་  
པས་བ་སྤྱི་བུ་ག་དང་སྒྲོ་བམས་ཅད་ནས་མེ་འབར་བར་འགྱུར་ཏེ། གཞི་དེ་ལས་  
ཡུན་རིང་དུ་སྟག་བསྐལ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་རོ། །སེམས་ཅན་དེ་ནི་ཆ་བཟེས་བྱའོ། །  
རབ་དུ་ཆ་བཟེ། སྟག་བསྐལ་སྤྱོད་སྤང་དུ་གསལ་གྱིང་ཕེ་གསུམ་པས་སྟག་ཏེ།  
སྤྱི་བོ་དང་སྟག་པ་གཉིས་སུ་བྱུང་ནས་སྒྲོ་ཀུན་ནས་མེ་འབར་བ་དང་། ལྷགས་ལེབ་  
འབར་བས་ལུས་འབྲི་བ་དང་། ལྷགས་གྱི་ས་གཞི་འབར་བ་ལ་ལྷགས་སྤང་བརྟུང་  
སྤྱོད་བལ་སོགས་པ་ཡོད་དེ། དེ་ལས་ཡུན་རིང་པོར་སྟག་བསྐལ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་  
རོ། །སེམས་ཅན་དེ་ནི་རབ་དུ་ཆ་བཟེས་བྱའོ། །མནར་མེད་ནི། ཕྱོགས་བཞི་ནས་  
མེའི་སྤང་པོ་འོངས་པ་སེམས་ཅན་དེའི་ལུས་ལ་མེ་ལྷེ་གཅིག་དུ་འགྱུར་ཏེ། སྤྱི་སྟགས་  
འདོན་པ་ཅམ་མ་གཏོགས་པ་སེམས་ཅན་དང་མེ་ལྷེ་དབྱེར་མི་བྱེད་པར་གྱུར་པའོ། །  
འདི་ལ་སྟག་བསྐལ་སྤྱོད་བལ་བར་དང་མཆོམས་མེད་པས་མནར་མེད་པ་ཞེས་  
བྱའོ། །གཞི་དེ་ལས་སྟག་བསྐལ་ཡུན་རིང་དུ་སྤྱོད་སྟེ། སེམས་ཅན་དེ་ནི་མནར་  
མེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་ཉེ་འབྲེལ་བ་ནི། སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་ཆེན་པོའི་ཕྱོགས་



བཞི་ན་སྒྲོ་བཞི་ཡོད་པའི་ཕྱི་རོལ་ན་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལྷག་པ་བཞི་བཞི་ཡོད་དེ། འདི་  
 ལྷར་དང་པོ་སྒྲོའི་ཕྱི་རོལ་ན་མེ་མར་མུར་དུས་རྒྱུ་ཅམ་ཡོད་ལ། དེར་རྒྱང་པ་འདྲེག་  
 འཛིག་བྱེད་པ་ན། ཤ་དང་པགས་པ་སོགས་སྒྲེ་འཛིག་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་དང་  
 འདབ་འབྱོར་ན། རོ་མུགས་ཕྱི་སའི་འདམ་གྱིན་དྲྱི་རན་པ་ཡོད་དེ། དེར་འབྲེག་  
 པ་ན་དེར་འབྲེལ་དེ། མགོ་དང་རྒྱང་པ་སོགས་བྱེད་སྒྲེ། དེ་ན་ཡོད་པའི་སྒྲོག་ཆགས་  
 འབུ་མཆུ་རྩོམ་གྱིས་ཤ་ལ་སོགས་པ་འབྲེགས་པར་བྱེད་དོ། །དེ་དང་འབབ་ཆགས་  
 པ་ན་སྐྱུ་གྱིས་གཏམས་པའི་ལམ་ཡོད་ལ། དེར་ཕྱིན་པས་རྒྱང་པ་འདྲེག་འཛིག་གི་  
 ཤ་སྒྲེ་འཛིག་བྱེད་དོ། །དེ་དང་འདབ་ཆགས་པ་ན་ནགས་ཚལ་རལ་གྱི་ལོ་མ་ཅན་  
 ཡོད་ལ་དེར་བསིལ་གྱི་བ་ལ་འབྲེད་པ་ན་གིང་ལས་རལ་གྱི་རྩམས་ལྷུང་སྒྲེ། ཡན་  
 ལག་དང་ཉིང་ལག་རྩམས་གཅོད་ཅིང་ས་ལ་འབྲེལ་བ་ན་བྱི་བསྒྲེ་བོ་དག་གིས་བསྐྱེལ་  
 ཤ་འཛོག་ཅིང་ཟེའོ། །དེ་དང་འདབ་ཆགས་པ་ན། ལྷགས་ཀྱི་གིང་ཤལ་མ་ལིའི་  
 ཚལ་ཡོད་དེ། དེར་སོ་བས་དེར་འབབ་འཛིག་བྱེད་དུ་བཅུག་ཅིང་། ཡར་འཛིག་པ་  
 ན་ཆོར་མ་རྩམས་ཁ་བྱར་དུ་བལྟ་བར་འགྱུར། འབབ་པ་ན་བྱེན་དུ་བལྟ་བས་ལུས་  
 འབྲེགས་གིང་བཤོག་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ན་ཡོད་པའི་ཁ་ཏ་ལྷགས་ཀྱི་མཆུ་ཅན་གྱིས་  
 མིག་འབྲས་དག་འཛོལ་ཅིང་ཟེའོ། །དེ་དང་འདབ་ཆགས་པ་ན་ཆུ་གྲུང་རབ་མེད་  
 ཅེས་བྱ་བ་འགྱུར་བྱེད་ཀྱི་ཆུ་ཁོལ་མས་གང་བ་ཡོད་དེ། དེར་ལྷུང་བ་ན་རོས་གཉིས་  
 ནས་སྒྲེས་བྱ་དབྱུག་པ་ཐོགས་པ་དག་གིས་བསྐྱེད་ས་ནས་ཕྱིར་དབྱུང་དུ་མི་སྒྲེར་ལ།  
 གལ་ཏེ་ཕྱིར་བྱུང་ན་ལྷགས་ཀྱི་ས་གཞི་འབར་བ་ལ་གན་རྒྱལ་དུ་སྒྲེལ་ནས། ཁ་

ལྷགས་ཀྱི་འབྲེད་སྤྱད་ཀྱིས་སྤྲེ་ནས། ལྷགས་ཀྱི་བྱ་ལུམ་འབར་བའམ་ཟངས་ཞུན་  
 ལྷགས་པར་བྲེད་དོ། །གཞི་དེ་ལས་སྤྱག་བསྐྱལ་ཡུན་རིང་དུ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་དེ།  
 དེ་ལ་སྤྱ་གྲིས་གཏམས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་ནི། མཆོན་ཆར་འདྲ་བའི་སྤྱིར་ལྷག་  
 པ་གཅིག་དུ་བྱས་སོ། །དེ་དག་སྤྱོགས་བཞིའི་བྱེ་བྲག་གིས་བཙུ་དུག་དུ་འགྱུར་དེ།  
 རི་སྐད་དུ། མཛོད་ལས། བརྒྱད་པོ་ཀུན་ལ་ལྷག་བཙུ་དུག། མེ་མ་མུར་དང་རོ་  
 ལྷགས་འདམ། །སྤྱ་གྲིའི་ལམ་སོགས་ཀུ་བོའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ལ་གྲང་བའི་སེམས་ཅན་དམུལ་བར་སྦྱེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། གྲང་བའི་  
 སྤྱག་བསྐྱལ་འདི་ལྷ་བྱ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་སྟེ། རྒྱ་བུར་ཅན་དུ་སྦྱེས་པ་རྣམས་ནི། ས་དེ་  
 ན་ཡོད་པའི་ལྷགས་པ་ཆེན་པོས་བཏབ་དེ་ལུས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་བུར་འགྱུར་བ་བཞིན་  
 དུ་འབུམས་པར་འགྱུར་བའོ། །རྒྱ་བུར་དོལ་བ་ནི། རྒྱ་བུར་དོལ་བ་བཞིན་དུ་འབུམས་  
 པར་འགྱུར་བའོ། །སོ་ཐམ་ཐམ་པ་དང་། གྱི་རྟུང་ཟེར་བ་དང་། ལ་རྒྱ་ཟེར་བ་  
 རྣམས་ནི། གྲང་བས་ཉེན་ནས་ཆོག་དུ་བཟོད་པ་ལས་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་མིང་  
 དུ་བཏགས་པའོ། །འབྲུལ་ལྟར་གས་པ་ནི། ས་དེ་ན་ཡོད་པའི་ལྷགས་པ་ཆེན་པོས་  
 བརྒྱར་དེ། བགས་པ་རྣམས་སྤྱོ་ཞིང་ཁ་ལྷའམ་དུག་དུ་གས་པར་གྱུར་པའོ། །པད་མ་  
 ལྟར་གས་པ་ནི། བགས་པ་སྤྱོན་པོ་ལས་འདས་ནས། དམར་པོར་གྱུར་ཅིང་ཁ་  
 བཙུའམ་དེ་ལས་ལྷག་པར་གྱུར་པའོ། །པད་མ་ལྟར་གས་པ་ཆེན་པོ་ནི། བགས་པ་  
 ཤིན་དུ་དམར་པོར་གྱུར་ནས་ཁ་བརྒྱའམ་དེ་ལས་ལྷག་པར་གས་པར་གྱུར་པའོ། །  
 ཉི་ཆོ་བའི་སེམས་ཅན་དམུལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱལ་འདི་ལྷ་བྱ་དག་སྤྱོད་སྟེ།

རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཀྱི་བ་ལང་གི་ཤན་པ་སྐྱེས་པ་ཁང་པ་བརྟེན་པ་པ་ཙམ་ཅིན་སྐད་  
 ཀྱིས་དུ་ཞིང་ནས་མཁའ་ལས་འོངས་པ་དང་། བ་ལང་གི་ཤན་པའི་སྒྲོབ་མ་རུས་གོང་  
 གི་དྲིང་བ་ལ་བྱ་རོག་སོགས་ཀྱིས་འཕྲོག་པར་སྐྱེས་པ་སོགས་དང་། གཞན་ཡང་  
 འཕགས་པ་དག་སྐྱུངས་ཀྱི་ཉོགས་བརྗོད་ལྟ་བུ་སྟོང་རོ། །དེའི་རྒྱལ་གནས་པ་རྣམས་  
 སྒྲག་པར་བསྐྱེད་པ་ནི། སྒྲིག་ཅན་དབུགས་དབྱུང་འགག་པ་ཙམ་ཞིག་གིས། །དུས་  
 ཀྱི་བར་དུ་ཆོད་རྣམས་དཔྱལ་བ་ཡི། །སྒྲག་བསྐྱལ་གཞལ་ཡས་ཐོས་ནས་རྣམ་སྟོང་  
 དུ། །མི་འཛིགས་གང་ལགས་དྲོ་རྗེའི་རང་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དཔྱལ་  
 བ་སྟོང་ངེས་ཀྱི་ལས་བྱས་པའི་སྒྲིག་ཅན་གང་དག་དཔྱལ་བའི་སྒྲག་བསྐྱལ་སྟོང་བ་  
 ལ་དབུགས་འབྱུང་འབྱུག་འགག་པའི་ཡུན་ཙམ་ཞིག་གི་དུས་ཀྱིས་བར་དུ་ཆོད་པར་  
 ཟད་དེ། དབུགས་འགགས་མ་ཐག་དཔྱལ་བར་ཉིང་མཆོམས་སྟོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་ལྟ་ན་ཡང་དེ་དག་གོང་དུ་བཤད་པའི་དཔྱལ་བའི་སྒྲག་བསྐྱལ་གཞལ་དུ་མེད་པ་  
 ཐོས་ནས་རྣམ་པ་སྟོང་དུ་སྟེ། དུ་མར་སེམས་མི་འཛིགས་ཤིང་། ལུས་མི་འགས་  
 པ་གང་ལགས་པ་དེའི་ལུས་སེམས་ནི། ངེས་པར་དྲོ་རྗེའི་རང་བཞིན་དུ་ངེས་ཏེ།  
 གཞན་དུ་ན་ཆེས་ཤིན་ཏུ་འཛིགས་པར་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་རྒྱུ་མཆོན་ཡང་  
 འདི་ལྟར། དཔྱལ་བ་བྲིས་པ་མཐོང་དང་ཐོས་པ་དང་། །དམ་དང་སྒྲགས་དང་གཟུགས་  
 སུ་བགྱིས་རྣམས་ཀྱང་། །འཛིགས་པ་བསྐྱེད་པར་གྱུར་ན་མི་བཟད་པའི། །རྣམ་  
 སྒྲིན་ཉམས་སུ་སྟོང་བ་སྟོས་ཅི་འཆོལ། །ཅེས་གསུངས་ཏེ། དཔྱལ་བ་རི་མོར་བྲིས་  
 པ་མཐོང་བ་དང་། སྒྲོན་སྟོང་བ་དམ་པ་དང་། གཞན་ལས་ཐོས་པ་དང་། སྒྲོག་གམ་



བཟུགས་པ་དང་། འཛིམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་གཟུགས་སུ་བགྱིས་པའི་ཚུལ་རྣམས་  
 གྱིས་ཀྱང་འཛིགས་པ་བསྐྱེད་ན། ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མངོན་སུམ་  
 དུ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བ་སྒྲོས་ཅི་འཆལ་བའི་བྱིར་རོ། །དཔྱལ་བ་ཀུན་སྟུག་བསྐྱལ་མཚུངས་  
 སམ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། གོང་མ་གོང་མ་ལས་འོག་མ་འོག་མ་རྣམས་སྟུག་བསྐྱལ་ཆེ་  
 ཞིང་། ཐམས་ཅད་ལས་མནར་མེད་ཆེའོ། །ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར་། བདེ་བ་ཀུན་གྱི་  
 རང་ན་སྤེད་ཟད་པའི། །བདེ་བའི་བདག་པོ་བགྱིད་པ་ཇི་ལྟར་བར། །དེ་བཞིན་  
 སྟུག་བསྐྱལ་ཀུན་གྱི་རང་ན་ནི། །མནར་མེད་དཔྱལ་བའི་སྟུག་བསྐྱལ་རབ་མི་ཟད། །  
 ཅེས་གསུངས་ཏེ། བདེ་བ་ཀུན་གྱི་རང་ན་ཁམས་གསུམ་གྱི་སྤེད་པ་མ་ལུས་པ་ཟད་  
 པའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་བདེ་བ་ལས་གཞན་གོང་ན་མེད་པའི་བྱིར། བདག་པོ་སྟེ་  
 མཆོག་ཡིན་པ་ཇི་ལྟར་བདེ་བཞིན་དུ། མི་དགེ་བའི་འབྲས་བུ་སྟུག་བསྐྱལ་ཀུན་གྱི་  
 རང་ན་མནར་མེད་པའི་སྟུག་བསྐྱལ་ཉིད་མི་ཟད་ཅིང་ཆེའོ། །དཔྱལ་བའི་སྟུག་བསྐྱལ་  
 དེ་ཇི་ལྟར་ཆེ་ཞེ་ན། དེ་ལ་འགྲུལ་བཟོད་པའི་དབེ་གཞན་མིའི་རང་ན་མེད་དོ་ཞེས་  
 སྟོན་པ་ནི། འདི་ན་ཉིན་གཅིག་མདུང་བུང་སུམ་བརྒྱ་ཡིས། །རབ་ཏུ་དྲག་བཏབ་  
 སྟུག་བསྐྱལ་གང་ལགས་པ། །དེས་ནི་དཔྱལ་བའི་སྟུག་བསྐྱལ་ཁུང་དུ་ལའང་། །  
 འོལ་ཡང་མི་བཟོད་ཆར་ཡང་མི་ཤོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །མིའི་རང་འདི་ན་  
 ཉིན་གཅིག་རངས་པར་མདུང་བུང་སུམ་བརྒྱ་ཡིས། དུས་གཅིག་ལ་ཤུགས་དྲགས་  
 ཤོས་བཏབ་པའི་སྟུག་བསྐྱལ་གང་ལགས་པ་དེས་ནི་དཔྱལ་བའི་སྟུག་བསྐྱལ་ཁུང་  
 དུ་ཉི་ཆེ་བ་ལྟ་བུའི་འོལ་ཅི་ཅུམ་ཡང་མི་བཟོད། བརྒྱ་སྟོང་ལ་སོགས་པའི་ཆར་ཡང་

མི་ཤོད་དོ། །དེ་ལྷ་བུའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་དེ་དུས་ཇི་སྤྲོད་དུ་སྤྱོད་བར་བྱ་དགོས་ཞེ་ན། སོ་  
སོའི་ཆེ་ཆོད་ནི། མཛོད་དུ། ཡང་སོས་ལ་སོགས་སྤྲུག་རིམ་བཞིན། །འདོད་ལྷའི་ཆེ་  
དང་ཉིན་ཞག་མཉམ། །དེས་ན་དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་ཆོ། །འདོད་ལྷའི་ཆེ་དང་འདྲ་བ་  
ཡིན། །ཅིས་དང་། རབ་དུ་ཆ་ཕྱིད་མཐར་མེད་ནི། །བར་གི་བསྐྱེལ་པའོ། །ཞེས་པ་  
ལྷར་ཡིན་ལ། སྤྱིའི་དབང་དུ་མཛོད་ནས། དེ་ལྷར་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གིན་དུ་མི་བཟད་ལོ། །  
ཕྱེ་བ་ཕྲག་བརྒྱར་ཉམས་སུ་སྤྱོད་ཡང་ནི། །རི་སྤྲོད་མི་དག་དེ་བཟད་མ་གྱུར་པ། །དེ་  
སྤྲོད་སྤྲུག་དང་བྲལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་དུད་འགྲོའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་བསམ་པ་ནི། དེ་གི་ཕྱིའི་དབང་དུ་  
བྱས་ནས། དུད་འགྲོའི་སྤྲུག་གནས་ན་ཡང་གསོད་པ་དང་། །བཅིངས་དང་བརྟེན་  
སོགས་སྤྲུག་བསྐྱེལ་སྤྲོ་ཆོགས་པ། །ཞི་གྱུར་དག་བ་སྤངས་པ་རྣམས་ལ་ནི། །གཅིག་  
ལ་གཅིག་ཟ་གིན་དུ་མི་བཟད་པ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། མི་ལྷར་འགྲོད་སྤྲོ་མི་འགྲོ་  
བར། དུད་དེ་འགྲོ་བས་ན་དུད་འགྲོ་སྤྲོ། དེའི་སྤྲུག་གནས་སུ་གཏོགས་པ་རྣམས་ན་  
ཡང་། མི་ལ་སོགས་པ་གཞན་གྱིས་བསལ་པ་དང་། །ཞགས་པ་ལ་སོགས་པས་  
བཅིངས་པ་དང་། །ལྷག་གིས་བརྟེན་པ་ལ་སོགས་མི་དང་མི་མ་ཡིན་པའི་གཞོད་པ་  
མཐའ་ཡས་པ་དང་། །ཞི་བ་སྤྱོད་པས་འདས་པའི་དག་བ་རེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་  
ལ་སོགས་སྤངས་ཏེ། དེ་དག་སྤྲོ་བའི་སྤྲོད་དུ་མི་རུང་བའི་དུད་འགྲོ་རྣམས་ལ་ནི།  
མན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་ཟ་བའི་རྣམ་སྤྲོན་འབྱེན་པར་རེས་པས་གིན་དུ་མི་བཟད་  
པ་དང་ལྷན་རོ། །སོ་སོའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས། །བཅིག་སྤྲུག་ཏིག་བལ་

དང་རུས་པ་བྲག། །ཤ་དང་པགས་པའི་ཆེད་དུ་འཆི་བར་འགྱུར། །དབང་མེད་གཞན་  
 དག་རྟོག་པ་ལག་པ་དང་། །ལྷག་དང་ལྷགས་དགྲས་གདབ་པས་བཏབ་སྟེ་བཞོལ། །  
 ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། དུད་འགྲོ་ཁ་ཅིག་ལྷ་ཏིག་གི་ཕྱིར་དང་། ཁ་ཅིག་བལ་གྱི་  
 ཕྱིར་དང་། སྤང་པོ་ཆེ་ལ་སོགས་པ་རུས་པའི་ཕྱིར་དང་། རི་དྲགས་ལ་སོགས་པ་  
 ཤའི་ཕྱིར་དང་། གཟིག་ལ་སོགས་པ་པགས་པའི་ཕྱིར་དུ་འཆི་བར་འགྱུར་ལ། རང་  
 དབང་མེད་པའི་མིའི་ཡོ་བྱད་དུ་གྱུར་པའི་དུད་འགྲོ་གཞན། ཏྟ་དང་། མ་ཆེ་དང་།  
 བོར་བུ་དང་། སྤང་པོ་ཆེ་དང་། སྤང་ལ་སོགས་པ་དག་ནི། གོ་རིམ་བཞིན་དུ། རྟོག་  
 པ་དང་། ལག་པ་དང་། ལྷག་དང་། ལྷགས་དགྲས་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་གདབ་  
 པས་ཏེ་དེ་དག་གིས་བཏབ་ཏེ་བཞོལ་བས་སྤྲུག་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་ནི། རེ་ཞིག་སྤྱིའི་དབང་དུ་བྱས་ནས།  
 ཡི་དྲགས་ན་ཡང་འདོད་པས་ཐོངས་པ་དང་། །སྤྱིས་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་རྒྱན་ཆགས་  
 མི་འཆོས་པ། །བཀྱེས་སྒྲོམ་གྲང་རྩོད་ལ་དང་འཇིགས་པ་ཡི། །བསྐྱེད་པ་གིན་ཏུ་མི་  
 ཟད་བསྐྱེན་འཆོལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཡི་དྲགས་སུ་སྤྱིས་ན་ཡང་འདོད་པས་  
 ཐོངས་པས་བསྐྱེད་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་རྒྱན་ཆགས་མི་འཆོས་པར་བསྐྱེན་འཆོལ་ལོ། །  
 ཞེས་སྟེ་ལ་ལོ། །དེ་ལ་རྒྱན་ཆགས་མི་འཆོས་པ་ནི། རས་ཡང་འདོད་པས་འབྱོར་  
 བའི་སྐབས་མེད་པས་སྤྲུག་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱོག་པའི་ཐབས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
 ཉིད་རི་ལྗང་བུ་ཞེས། བཀྱེས་སྒྲོམ་དང་། དགུན་གྲང་བ་དང་། གསོས་ཁ་རྩོད་བ་དང་།  
 ཟས་སྒྲོམ་འཆོལ་བའི་དོན་དུ་རྒྱག་པའི་ངལ་བ་དང་། སྤྱིས་བུ་མཆོན་ཐོགས་ལ་



སོགས་པ་མཐོང་བ་ན་འཛིགས་ཤིང་སྐྱགས་པ་བསྐྱེད་པས་ཤིན་ཏུ་མི་བྱང་པའོ། །

ད་ནི་དེ་དག་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་འགའ་ཞིག་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ།  
 དེ་ལ་བགྲེས་སྒྲིམ་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས། ཁ་ཅིག་ཁ་ནི་ཁབ་གྱི་  
 མིག་ཙམ་ལ། ཁྱོ་བ་རིའི་ཁྱོས་ཙམ་བགྲེས་པས་ཉེན། མི་གཙང་གྱི་ནར་བོར་བ་  
 ཅུང་བྱང་། འཆའ་བའི་མཐུ་དང་ལྷན་པ་མ་ལགས་སོ། ཞེས་གསུངས་ཏེ།  
 ཁ་ཁབ་མིག་ཙམ་དུ་ཆུང་ལ། ཁྱོ་བ་རིའི་ཁྱོས་ཙམ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། དགང་དགའ་  
 བས་ན་བགྲེས་པས་ཉེན་པར་འགྱུར་ཏེ། མི་གཙང་གྱི་ནར་བོར་བ་གཤམ་གཅི་  
 སོགས་ཅུང་བྱང་ཆེད་ཀྱང་ཁ་ཆུང་བས་འཆའ་བ་སྟེ། ཟ་བའི་ནུས་པ་དང་ལྷན་པ་མ་  
 ལགས་པའི་ཕྱིར་རོ། ལུས་མི་སྐྱུག་པ་དང་། ཁ་འབར་བའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། ཁ་  
 ཅིག་པགས་རུས་ལུས་ཤིང་གཅེར་བྱ་སྟེ། ཏ་ལ་ཡང་ཐོག་སྒྲིམ་པ་ལྟ་བུ་ལགས།  
 ཁ་ཅིག་མཆན་ཞིང་ཁ་ནས་འབར་བ་སྟེ། ཟས་སུ་འབར་བའི་ཁར་འབབ་བྱེ་མ་  
 འཆའ་། ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཁ་ཅིག་གི་ལུས་ནི་ག་མེད་པར་པགས་རུས་ཙམ་ལུས་  
 ཤིང་གོས་མེད་པར་གཅེར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་ཤིང་ཏ་ལ་ཡང་ཐོག་སྟེ། ཅེ་མོ་སྒྲིམས་  
 པ་ཤུན་པ་དང་བྲལ་བ་ལྟ་བུ་ལགས་ཞེས་སོ། ཁ་ཅིག་ཉེན་བར་མ་ཡིན་གྱི་མཆན་  
 མོ་རེ་རེ་ཞིང་ཁ་ནས་མི་འབར་བ་སྟེ། མི་འབར་བའི་ཁར་བྱེ་མ་ཆ་པོ་དག་འབབ་  
 ཅིང་། འབབ་ཆུ་དེ་དག་ཟས་སུ་འཆའ་བ་སྟེ་ཟ་བར་བྱེད་དོ། ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྐྱེད་  
 རིགས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཁྱད་པར་དུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། སྐྱེད་རིགས་འགས་ནི་ནག་  
 དང་ཕྱི་ས་དང་། བྲག་སོགས་མི་གཙང་བ་ཡང་མི་ཆེད་དེ། ལམ་ཚུན་གདོང་དུ་འཆོག་

ཅིང་མགྲིན་པ་ནས། །ལྷ་བ་བྱུང་བ་སྒྲིན་པའི་རྣལ་འཛེལ་ལོ། །སྤང་རིགས་དེ་གིན་  
 ཏུ་བསོད་ནམས་རྒྱུང་བ་འགས་ནི། རྣལ་དང་། བྱིས་དང་། བྲག་ལ་སོགས་པ་མི་  
 གཙང་བ་ཡང་མི་རྟོག་ན། བཟང་པོ་ལྷ་སྒྲོམ་གྱུང་ཅི་དགོས། འོན་གྱུང་དེ་དག་པོ་  
 རྒྱུན་མཐོང་བ་ན། ཁྱོས་དེ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་གདོང་དུ་འཛོག་ཅིང་། ལག་ནས་  
 ཐོ་བ་བྱུང་ནས་པོ་རྒྱུན་པས་འགྲིན་པ་ནས་ལྷ་བ་བྱུང་བ་སྒྲིན་པའི་རྣལ་  
 ཁོང་དུ་བྲགས་པ་རྣམས་བས་སུ་འཛེལ་ལོ། །དེ་དག་གི་སྤྲུལ་བསྐལ་གྱི་ཁྱུང་པར་  
 གཞན་བསྐྱར་པའི་བྱིར། ཡི་དྲགས་རྣམས་ལ་སོས་ཀའི་དུས་སུ་ནི། །སྒྲུབ་འཇུག་  
 ལ་དགུན་ནི་ཉི་མའང་གྲང་། །ཕྱོར་གིང་འབྲས་བུ་མེད་འགྱུར་དེ་དག་གིས། །བསྐྱས་  
 པ་ཙམ་གྱིས་གྲུང་ཡང་སྐམ་པར་འགྱུར། །ཅིས་གསུངས་དེ། སྤང་རིགས་འདི་དག་  
 རྣམས་ལ་ནི། སོས་ཀའི་དུས་སུ་སྒྲུབ་འཇུག་པའི་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་ལ། དགུན་ནི་ཉི་  
 མ་ཡང་གྲང་བའི་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་བ་དེ་ལྷ་བུའི་ཆ་གྲང་གྱི་སྤྲུལ་བསྐལ་སྤྱོད་ཞིང་། དེ་  
 དག་གིས་བསྐྱས་པ་ཙམ་གྱིས་ཕྱོར་གིང་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པས་  
 གང་ཞིང་། ཡལ་ག་དུང་པ་རྣམས་གྲང་། ཡལ་ག་དང་འབྲས་བུ་མེད་ཅིང་། རྣམས་  
 པར་སྒྱུར་བར་འགྱུར་བ་དང་། ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྷན་པའི་རྒྱུང་ཡང་སྐམས་  
 པ་དང་། འདག་མེ་འབར་བས་གང་བ་དང་། སྒྲིན་བུ་དང་བཙས་པའི་མི་གཙང་བ་  
 དུ་མས་གང་བ་ཉིད་དུ་སྒྱུར་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་དག་གི་སྤྲུལ་བསྐལ་དེ་ཡུན་རི་སྤྱིད་དུ་  
 སྤྱོད་ཞིང་། བར་ཆད་མེད་པར་སྤྲུལ་བསྐལ་བསྐྱེད་གྱུར་པ། །ཉིས་པར་སྤྱད་པའི་  
 ལས་ཀྱི་ཞགས་པ་ནི། །སྤྲ་བས་བཅིངས་པའི་ལུས་ཅན་ཁ་ཅིག་ལོ། །ལྷ་སྤྱོད་དག་

དབའི་ཡང་འཆིང་མི་འགྲུར། །བར་ཆད་མེད་དེ་རྒྱན་ཆགས་པར་སྤྲུག་བསྐྱེལ་བསྐྱེལ་  
 པར་འགྲུར་བའི་ལུས་ཅན་དེ་རྣམས་ནི། ཆོ་ཆད་ཚྲོགས་པར་བྱུང་བ་ཁ་ཅིག་མི་ལོ་  
 ལཱ་སྟོང་དང་། བྱིར་ཡང་ཟས་སྒྲོམ་སོགས་མ་འབྱེད་ཡང་འཆིང་བར་མི་འགྲུར་དེ། ཉེས་  
 སྤྱད་ཀྱི་ལས་ཀྱི་ཞགས་པ་སྤྲུག་བསྐྱེལ་བའི་བྱིར་རོ། །སྤྲུག་བསྐྱེལ་དེ་ལྷ་བུ་  
 སྟོང་བའི་རྒྱ་གར་ཞེ་ན། དེ་ལྷ་པོ་ཡི་དྲགས་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་ཆོགས་པའི། །སྤྲུག་བསྐྱེལ་  
 རོ་གཅིག་ཐོབ་པ་གར་ལགས་པ། །དེ་ཡི་རྒྱ་ནི་སྟེ་བོ་འདྲུངས་དགའ་བ། །སེར་སྒྲ་  
 འཕགས་སྒྲིམ་ལགས་པར་སངས་རྒྱས་གསུངས། །སྤྲུང་བཤད་པ་དེ་ལྷ་པོ་ཡི་དྲགས་  
 རྣམས་ཀྱིས་བགྲོས་སྒྲོམ་ལ་སོགས་པ་སྒྲ་ཆོགས་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་སྟོང་བ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱང་། །སྤྲུག་བསྐྱེལ་ཉིད་དུ་གཅིག་པ་རོ་གཅིག་དེ། དེ་ལྷ་བུ་ཐོབ་པ་གར་  
 ལགས་པ་དེའི་རྒྱ་ནི། སྟེ་བོ་འདྲུངས་དགའ་སྟེ། སེར་སྒྲ་གོམས་པར་བྱས་པ་ཡིན་ལ།  
 དེ་ཡང་འཕགས་མིན་དེ། མི་དགེ་བ་སྟོབས་ལྡན་ལགས་པར་སངས་རྒྱས་གསུངས།  
 རི་སྒྲ་དུ། བསྐྱེད་པ་ལས། སེར་སྒྲ་ཅན་ནི་ཡི་དྲགས་གནས་སུ་སྟེ་བར་འགྲུར། །  
 ཅི་སྟེ་མིར་སྟེས་ན་ཡང་དེ་ཆོ་དབུལ་པོར་འགྲུར། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྷ་རོ། །

བཞི་པ་མའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ནི། བཞི་བརྒྱ་པར། མཆོག་ལ་ཡིད་ཀྱི་སྤྲུག་  
 བསྐྱེལ་དེ། །ཐ་མལ་རྣམས་ལ་ལུས་ཀྱིས་སོ། །སྤྲུག་བསྐྱེལ་གཉིས་ཀྱིས་འཛིག་  
 རྟེན་འདིར། །ཉིན་རེ་ཉིན་རེ་འཛོམས་པར་བྱེད། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྷ་རོ། །རྒྱལ་པོ་  
 དང་འོར་ལྡན་ལ་སོགས་པའི་མའི་མཆོག་རྣམས་ལ་ནི། འོར་དང་མངའ་ཐང་ལ་  
 སོགས་པ་བསྐྱུང་བ་དང་། ཉམས་ཀྱིས་དོགས་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ཆེན་



པོ་དང་ལྷན་ཞིང་། བུན་དང་དབུལ་པོ་ལ་སོགས་པ་དམན་པ་རྣམས་ལ་ནི། ཟས་  
གོས་སོགས་ཆོལ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་དང་། བཀྱེས་སྒྲོམ་ལ་སོགས་པ་ལུས་ཀྱི་སྤྲུག་  
བསྐྱལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་མཐོང་བ་དང་ཐོས་པས་ཉམས་སུ་སྦྱོར་བས་གྲུབ་  
པར་རྒྱས་པར་བཤད་མི་དགོས་སོ། །

ལྷ་བ་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱལ་བསམ་པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི། མཐོ་  
རིས་ན་ཡང་བདེ་ཆེན་དེ་དག་གི། འཆི་འཕོའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་ཉིད་ནི་དེ་བས་ཆེ། རྟེ་  
ལྷར་བསམས་ནས་ཡ་རབས་རྣམས་གྱིས་ནི། ཁབ་འགྱུར་མཐོ་རིས་སྤྱད་དུ་འང་  
སྤྱོད་མི་གྱིས། ཁེས་གསུངས་ཏེ། མཐོ་རིས་འདོད་པའི་ལྷ་ན་ཡང་། འདོད་པའི་  
ཡུལ་སུན་སུམ་ཆོགས་པ་སྦྱོད་པའི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་མོད་ཀྱི། དེ་དག་གི་འཆི་  
འཕོའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་ནི་བདེ་བ་དེ་བས་ཆེ་སྟེ། རི་སྤྱད་དུ། ཀྱེ་རྟུང་གིང་ན་སྤྲུ་ཆོགས་  
ཆོལ། ཀྱེ་རྟུང་རྩིང་བུ་དལ་གྱིས་འབབ། ཀྱེ་རྟུང་སྤྲུག་པའི་རྣམ་གཤམ་ལྷ། སྦྱེ་  
སྤྲུགས་འདོན་ཅིང་ས་ལ་ལྷུང་། ཁེས་བཤད་པ་ལྷར་རོ། རྟེ་ལྷར་བསམས་ནས་ཡ་  
རབས་ཏེ། ཆོགས་ལྷན་རྣམས་གྱིས་མཐོ་རིས་ཀྱི་བདེ་བའི་སྤྱད་དུ་ཡང་སྤྱོད་པར་  
མི་བགྱི་སྟེ། བདེ་བ་དེ་ཡང་ཟད་པར་འགྱུར་བས་སྦྱོང་བོ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ལྷ་  
དག་རྣམས་སྦྱེས་ཡིན་པས་གནད་གཅོད་པའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་ནི་མེད་ན་རི་ལྷར་དེ་དག་  
འཆི་བའི་ཆེ་སྤྲུག་བསྐྱལ་འབྱུང་ཞེ་ན། ལུས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱལ་མེད་ཀྱང་། འཆི་ལྷས་  
གྱིས་ཟེན་པ་ན། སེམས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱལ་གིན་ཏུ་ཆེན་པོ་འབྱུང་རོ་ཞེས་བསྟན་པའི་  
ཕྱིར་དུ། ལུས་ཀྱི་ཁ་དོག་མི་སྤྲུག་འགྱུར་བ་དང་། ལྷན་ལ་མི་དགའ་མེ་ཏྲོག་སྤྱོད་

རྟེན་དང་། །གོས་ལ་དྲི་མ་ཆགས་དང་ལུས་ལ་ནི། །སྒྲོན་ཆད་མེད་པའི་རྩལ་འབྱུང་  
 ཞེས་གྱི་བ། །མཐོ་རིས་འཆི་འཕོ་སྒྲོན་བྱེད་འཆི་ལྷས་ལ། །མཐོ་རིས་གནས་པའི་  
 ལྷ་རྣམས་ལ་འབྱུང་ཏེ། །ས་སྟེང་མི་རྣམས་འཆི་བར་འབྱུང་བ་དང་། །སྒྲོན་པར་  
 བྱེད་པའི་འཆི་ལྷས་རྣམས་དང་འདྲ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། གང་གི་ཆོ་ལྷ་རྣམས་འཆི་  
 བར་འབྱུང་བ་དེའི་ཆོ་ལུས་གྱི་ཁ་དོག་མཛེས་པ་དག་ཅམས་ནས་མི་སྟུག་པར་  
 འབྱུང་བ་དང་། རང་གི་སྟུན་ལ་འདུག་པར་མི་དགའ་བ་དང་། རྒྱུན་གྱི་མེ་ཏོག་  
 ཐེང་བ་རྣམས་རྟེན་པ་དང་། གོས་ལ་དྲི་མ་ཆགས་པ་དང་། ལུས་ལ་སྒྲོན་ཆད་རྩལ་  
 འབྱུང་བ་མེད་པ་ལས་དེའི་ཆོ་འབྱུང་བ་དང་ལྡན་ནི། གང་མཐོང་ན་ལྷ་རྣམས་ཡིད་མི་  
 བདེ་བ་སྒྱེ་བར་འབྱུང་བའི་མཐོ་རིས་ལྷ་རྣམས་གྱི་འཆི་འཕོ་བའི་སྒྲོན་པར་བྱེད་  
 པའི་སྒྲ་ལྷས་སམ་རྟགས་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ས་སྟེང་མི་རྣམས་འཆི་བར་འབྱུང་བ་  
 སྒྲོན་པར་བྱེད་པའི་འཆི་ལྷས་སྤྱོད་ཞེས་པ་དང་། གཤིན་རྗེའི་དྲི་མ་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་  
 དང་འདྲའོ། །འཆི་འཕོ་བའི་སྟུག་བསྐྱལ་འབྱུང་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་གྱི། ཤི་  
 བའི་འོག་ཏུ་ངན་སོང་གི་སྟུག་བསྐྱལ་དག་སྟོང་བར་འབྱུང་རོ་ཞེས་བསྟན་པའི་  
 ཕྱིར། ལྷའི་འཛིག་རྟེན་དག་ནས་འཕོས་པ་ལ། །གལ་ཏེ་དགོ་བའི་ལྷག་མ་འགའ་  
 མེད་ན། །དེ་ནས་དབང་མེད་དུ་དྲུག་འགྲོ་ཡི་དུགས་དང་། །དཔྱལ་བར་གནས་པ་  
 གང་ཡང་རུང་བར་འབྱུང་། །ཅིས་གསུངས་ཏེ། ལྷའི་འཛིག་རྟེན་ནས་ཤི་འཕོས་པ་  
 རྣམས་ལ་གལ་ཏེ་མཐོ་རིས་སྒྱེ་འབྱུང་གྱི་དགོ་བའི་ལྷག་མ་འགའ་མེད་ན། དེ་ནས་  
 མཐོ་རིས་སྟུག་ནས་པའི་དབང་མེད་པས། དུད་འགྲོ་དང་། ཡི་དུགས་དང་། དཔྱལ་བ་

རྣམས་ལས་གང་ཡང་དུང་བ་རྣམས་སུ་སྤྲུག་བསྐྱེད་བ་སྒྲིང་བར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ལྷ་མིན་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ནི། ལྷ་མིན་དག་ནའང་རང་བཞིན་གྱིས་  
 ལྷ་འི། །དཔལ་ལ་སྤང་བྱིར་ཡིད་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཆེ། །དེ་དག་སྒྲོ་དང་ལྷན་ཡང་འགྲོ་  
 བ་ཡི། །སྒྲིབ་པས་བདེན་པ་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། ལྷ་མ་ཡིན་  
 རྣམས་ནི་ར་རྒྱལ་ཆེ་བའི་བྱིར། རང་བཞིན་གྱིས་ར་རྒྱལ་ལས་བྱུང་བའི་ལྷ་འི་དཔལ་  
 ལ་སྤང་བའི་བྱིར་མི་བཟོད་པས་བསྐྱེད་པའི་ཡིད་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཆེ་སྟེ། དྲག་དོག་  
 གིས་ནི་ཡིད་གིན་ཏུ་གདུང་བར་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་ལྷ་དང་གཡུལ་འགྱེད་  
 པའི་ཆོ། ལུས་བཅད་པ་དང་འདྲལ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཡོད་ཅིང་། དེ་  
 དག་དག་སྟེག་ལ་རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་སྒྲོ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ཡང་། བདེན་པ་མཐོང་  
 བ་མ་མཆིས་ཏེ། འགྲོ་བའི་སྒྲིབ་པ་སྟེ་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་སྒྲིབ་པ་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །  
 འགྲེལ་པར། ལྷ་མ་ཡིན་མི་དག་བས་འཕངས་གིང་། དག་བས་རྫོགས་པར་བཤད་  
 གྱུར། དེ་དག་ལྷ་འི་འགྲོ་བ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་འཕེན་བྱེད་གྱུར་དག་བས་འཕངས་  
 པར་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་གྱིས་བཤད་དོ། །བམས་གོང་མར་གཟུགས་དང་། གཟུགས་  
 མེད་པར་སྐྱེས་པའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱང་། ཟག་བཅས་གྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་དབང་གིས།  
 རེ་ཞིག་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་འདས་གྱུར། རྩབ་པ་འདྲུ་བྱེད་གྱི་སྤྲུག་  
 བསྐྱེད་པོལ་མིག་ཀུན་ཏུ་ཆ་བ་ལྷ་བུ་ལས་མ་གྲོལ་ཞིང་། མདའ་གནམ་དུ་འཕངས་  
 པ་བྱུགས་ཟད་ནས་ས་ལ་ལྷུང་བ་ལྷུང་། དག་བའི་ལས་གྱི་རྣམ་པ་ཟད་ནས་སའི་  
 མེད་དུ་ལྷུང་སྟེ། རན་སོང་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྒྲོང་དགོས་སོ། །



དེའི་ཕྱིར། ཚངས་ཉིད་ཆགས་བྲལ་བ་དེ་བ་ཐོབ་ནས་སྤྲུང་། །མནར་མེད་མེད་མེད་བྱད་  
ཤིང་གྱུར་བ་ཡིས། །སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱུན་མི་ཆད་བ་བསྐྱེད་འཆའ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་  
སོ། །དེ་ལྟར་ན། འཁོར་བ་དེ་འདྲ་ལགས་པས་ལྷ་མི་དང་། །དཔྱལ་བ་ཡི་དྲགས་  
དུང་འགོ་རྒྱུ་མས་དག་ཏུ། །སྐྱེ་བ་བཟང་པོ་མ་ལགས་སྐྱེ་བ་ནི། །གཞོན་པ་དུ་མའི་  
སྒོང་གྱུར་ལགས་མཁུན་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། འགོ་བ་མཐའ་དག་གི་  
སྤྲུག་བསྐྱེད་སྐྱོ་དུ་མ་ནས་བསམས་ཏེ། །སྤྲུག་ནད་པས་བསམ་མཐོང་བ་ལྟར། འཁོར་  
བ་ལ་ཤིན་ཏུ་ཡིད་འབྱུང་བའི་སྐྱོ་ནས། །མུང་འདས་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྐྱོ་ནལ་མ་གཅིག་  
སྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱུང་མོང་གི་སྐྱོན་འགྲོས་རྒྱུད་ལེགས་པར་སྤྲུངས་ནས།  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་འདུག་པར་འདོད་པས། །བྱིན་རྒྱབས་འདུག་པའི་ཡན་  
ལག་ཏུ་བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐྱོན་འགྲོ་བྲལ་མའི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་  
ཡང་ཅུ་རྒྱུད་བྲལ་མ་རྣམས་བྲོམ་ཆོགས་སམ། ཐོ་རྟེན་སམ། ཅུ་བའི་བྲལ་མ་ལ་ཀུན་  
སྟོམས་ཏེ་སྐྱོམ་པ་སོགས་ཇི་ལྟར་རིགས་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་རག་ལས་ཤེས་སོ། །

གཉིས་པ་མན་རག་དངོས་གཞི་ལ། །ཀུན་རྫོབ་བྱང་རྩལ་གྱི་སེམས་དང་  
དོན་དམ་བྱང་རྩལ་གྱི་སེམས་གཉིས་ཀྱི། །དང་པོ་ནི། ཐེག་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་ཅུ་བ་  
བུམས་སྟོང་རྗེ་སྐྱོམ་པ་དང་། དེའི་འབྲས་བུ་སྐྱོན་འདུག་གི་སེམས་བསྐྱེད་པ་བསྐྱེད་  
པ་གཉིས་ཀྱི། །དང་པོ་ལ། བུམས་སྟོང་རྗེ་ཐེག་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་ཅུ་བར་བསྐྱེད་པ་དང་།  
དེ་སྐྱོམ་རྩལ་དངོས་དང་། དེ་དག་གི་པན་ཡོན་བསྐྱེད་པ་གསུམ་ཀྱི། །དང་པོ་ནི། སྐྱོ་  
གྲོས་མི་བཟང་པས་བསྐྱེད་པའི་མདོ་ལས། བཙུན་པ་ཤུ་ར་དུ་ཉིད་བྱ། གཞན་ཡང་

428

དང་པོར་བསྐྱེད་པ་ལ་ས་བོན་དང་འདྲ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ལྷ་གྲུ་མ་བསྐྱེད་  
 པ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བར་དུ་ཆུ་དང་འདྲ་སྟེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ལྷ་  
 གྲུ་སྐྱེས་ཟེན་མི་ཉམས་ཤིང་། གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བ་  
 མར་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པ་དང་འདྲ་སྟེ། སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 སངས་རྒྱལ་བཙུང་མ་ལྷན་འདས་ཀྱི་གདུལ་བུའི་སྐལ་བ་དང་འཆོམ་པར་ཆོས་ཀྱི་  
 འཕོར་ལོ་བསྒྲོར་ཏེ། ཐོག་པ་གསུམ་ཀྱི་འཕགས་པའི་ཆོགས་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་  
 རྒྱད་པ་རྒྱན་མི་འཆད་པ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་ཡང་དབུ་མ་འདུག་པར།  
 གང་ཕྱིར་བརྟེ་ཉིད་རྒྱལ་བའི་ལོ་ཐོག་ལུན་ཆོགས་འདི། །ས་བོན་དང་ནི་སྟེལ་ལ་ཆུ་  
 འདྲ་ཡུན་རིང་དུ། །ལོངས་སྟོན་གནས་ལ་སྒྲིན་པ་ལྷ་བུར་འདོད་བྱུར་པ། །དེ་ཕྱིར་  
 བདག་གིས་ཐོག་མར་སྒྲིང་རྩེར་བསྟོད་པར་བགྱི། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་བས་ན་  
 སངས་རྒྱལ་ཀྱི་ཆོས་བསྐྱབ་པ་ལ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་གལ་ཆེ་བའི་ཕྱིར།  
 དང་པོར་བུམས་པ་དང་སྒྲིང་རྩེ་བསྟོམ་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་བསྟོམ་ཆུལ་དངོས་ལ།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་བསྟོམ་པ་དང་། དེ་དག་གི་དྲིན་བསམ་པ་དང་། འགྲོ་  
 བའི་སྣུག་བསྐལ་བསམ་པའི་སྒོ་ནས་སྒྲིང་རྩེ་བསྟོམ་པའོ། །དང་པོ་ནི། འགྲོ་བ་ལ་  
 ཐོག་མ་མེད་ཅིང་སྐྱེ་བ་ལ་ཡང་ཐོག་མ་མེད་པས་སེམས་ཅན་གང་གིས་ཡང་རང་གི་  
 མ་མ་བུས་པ་མེད་དེ། སའི་དངོས་གཞི་མདོ་དྲངས་པ་ལས། སྒྲིན་ཡུན་རིང་པོ་  
 འདས་པ་ནས་གང་དུ་ཁྱེད་མ་སྐྱེས་པ་དང་། མ་འོང་པ་དང་། མ་གྱི་བའི་ས་ཕྱོགས་  
 དེ་ནི་ངས་མཐོང་བར་དགའོ། །ཡུན་རིང་པོ་འདས་པ་ནས་སེམས་ཅན་གང་ཁྱེད་ཀྱི་



པའམ་མའམ་ལུ་རྟའང་། སྤྱིང་མོའམ། སྒྲོབ་དཔོན་ནམ། མཁན་པོའམ། སྤྱ་མའམ།  
 སྤྱ་མའི་གནས་ལྟ་བུར་མ་གྱུར་པ་དེ་ནི་ངས་མཐོང་བར་དགའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །  
 སྤོན་མ་བྱས་པར་མ་ཟད་མ་འོངས་པ་ན་ཡང་། མ་བྱེད་པར་འགྱུར་བས། སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་མར་བསམ་ཞིང་། མ་བྱས་པ་བཞིན་དུ། བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དུར་  
 མ་གྱུར་པ་ཡང་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱས་ནས་ཀུན་ལ་ཡན་ཅི་ཐོགས་ཀྱི་བསམ་པ་  
 བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་དྲིན་བསམ་པ་ནི། ཐམས་ཅད་མར་ཤེས་པ་ན། དེ་དག་གི་དྲིན་  
 དྲན་དགོས་ཏེ། དྲིན་དྲན་ན་དེ་དག་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་བྲལ་འདོད་བསམ་སྟེ། འདིས་  
 བདག་དང་པོ་མངལ་དུ་ཆགས་པ་ནས་གཟུང་སྟེ། རྒྱ་བ་བཙུའི་བར་དུ། གཞོད་  
 པའི་ཟས་དང་སྦྱོད་ལམ་སྤངས། ཡན་པའི་ཟས་དང་སྦྱོད་ལམ་བསྟེན་ཏེ། རུང་མ་  
 ཟོས་པར་བསྐྱུངས། བཅའ་བའི་ཆོ་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མང་པོ་སྦྱོང་། བཅས་པ་ན་  
 རོལ་ཁའི་འབྲུ་ལྟར་སྤང་དོར་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་གིང་། མི་གཙང་བའི་སྤོན་བུ་ལྟར།  
 ལུས་མི་གཙང་བས་གོས་པ་གཞན་གྱིས་མཐོང་ན་སྐྱུག་བྱོ་བ་ཞིག་ བུའི་འདུ་ཤེས་  
 ཀྱི་སོར་སོ་བཙུའི་ཅེ་ལ་སྤངས། ལུས་ཀྱི་དྲོད་གྱིས་བསྐྱུངས། ལུ་ཞོ་བསྐྱུན། ཟས་  
 ལྟ་ཡིས་སྦོད། མི་གཙང་བ་ལག་པས་བྱིས་ཏེ་ཡུན་རིང་པོ་སྦྱོ་བ་སྦྱེས་པར་བསྐྱུངས།  
 ཆེར་སོང་ནས་ཀྱང་སྤོན་པའི་ངག་གིས་བོས། ཐམས་པའི་མིག་གིས་བལྟས། ཉེས་  
 ཀྱིས་དོགས་དང་ལེགས་ན་དགའ་བ་འབའ་ཞིག་བྱས། སྤྱིག་དང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལས་  
 རྒྱབ་པའི་ཟས་གོས་དང་འོངས་སྦྱོད་སོགས་རང་གིས་སྦྱོང་མི་བྲ་བ་རྣམས་ཀྱང་།

བུ་ཚ་ལ་ཡངས་པ་མེད་པར་གཏང་སྟེ་བསམ་ཞིང་། འདིས་ད་རེས་རྒྱུ་དུ་མ་  
 ཟད། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཡང་དང་ཡང་དུ་མ་བྱས་ཤིང་། དེའི་དུས་སུ་ཡང་ད་ལྟ་  
 དང་ཁྱད་མེད་པར་ཕན་བདག་པ་ཁོ་ན་ཡིན་སྟེ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསམ། རྒྱེ་  
 ཤི་འཕོས་པས་ངོ་མ་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་པ། སེམས་ཅན་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུ་  
 ལན་ཅིག་མ་ཡིན་པར་ཡང་དང་ཡང་དུ་མ་བྱས་ཤིང་། མ་ནམ་བུས་རེས་ཀྱིས་ད་  
 ལྟར་གྱི་མ་བཞིན་དུ། རྒྱེ་དུ་མ་ནས་ཕན་གཏགས་པའི་དྲིན་ཆེན་ཁོ་ན་ཡིན་སྟེ་ཡང་  
 བསམས་ལ། ཀུན་ལ་རང་གི་རྩ་བའི་མ་དང་ཁྱད་པར་མེད་པར་སྟུག་ཅིང་ཡིད་དུ་  
 འོང་བའི་སྒོ་སྒྲེས་པ་དང་། ས་སྟུག་བསྐྱེད་དང་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་གནས་པ་བསམ་ཏེ།  
 མ་འདིས་བདག་ཅག་བྱ་བྱེད་ཆེད་དུ་ཐོལ་ཐོག་བྲམ་གསུམ་མང་པོ་བྱས་ཏེ། ལས་  
 རན་མང་པོ་བསགས། བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་སོ་ཕྱིས་བྱེད་བྱེད་ནས། ཆོས་བྱེད་  
 པའི་སྒོ་མ་སྒྲེས་པས། ཤི་ན་རན་སོང་གང་ན་ད་ལྟ་སྟུག་བསྐྱེད་ཇི་ལྟ་བུ་སྐྱོང་གིན་  
 ཡོད་བསམ། ས་ཤི་ན་ཕྱི་མ་ལ་རན་སོང་དུ་སྟུག་བསྐྱེད་སྐྱོང་རེས་སྟེ་ཡང་ཡང་  
 བསམ་ཞིང་སྟོང་རྗེ་སྒྲོམས། དེ་ཡང་རྒྱུ་རྒྱུ་དུ་འདུག་པ་ན། མའི་སྟུག་བསྐྱེད་  
 དང་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་རང་ལ་ཐིམ་པར་བསམ་ཞིང་། ཕྱིར་འབྱུང་བ་ན་  
 རང་གི་བདེ་དགེ་ཐམས་ཅད་མའི་རྒྱུ་ལ་ཐིམ་པར་བསམ་ཏེ། དེ་ཡང་སྟུག་བསྐྱེད་  
 དང་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་དང་བྲལ་བར་འདོད་པ་ནི་སྟོང་རྗེ་ཡིན་ལ། བདེ་བ་དང་  
 བདེ་བའི་རྒྱུ་དང་ལྡན་པར་འདོད་པ་ནི་བྱམས་པ་ཡིན་པས། བྱམས་སྟོང་རྗེ་གཅིག་  
 ཆར་སྒྲོམ་པར་འབྱུང་ལ། དེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ཏེ་སྒྲོམ་པ་ན་

བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་འདོད་པའི་དགའ་བ་དང་། ཉེ་རིང་མེད་པའི་གཏང་  
སྒོམས་ཏེ་ཞོར་ལ་འབྱུང་ངོ་། །འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་བསམས་ཏེ་སྒྲིང་རྗེ་  
སྒོམ་པ་ནི། དེ་ལྟར་རྩ་བའི་མ་ལ་སྒྲིང་རྗེ་སྒོམ་པས་སྒྲིང་རྗེ་ཤུགས་དྲག་པོ་སྒྲིས་  
ནས། དེ་ཡིས་ས་བོན་བྱས་ཏེ། འགྲོ་བ་རིགས་དྲག་ན་གནས་པའི་སེམས་ཅན་  
རྣམས་སྤྱག་བསྐྱེལ་གསུམ་ཅི་རིགས་པས་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྒོམ་དུ་བསམས་ཏེ།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲིང་རྗེ་སྒོམ་མོ། །

དེ་ལ་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དེ་དག་ནི་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་རྒྱན་མི་ཆད་  
ཅིང་ཡུན་རིང་ལ། ཚ་གྲང་ལ་སོགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱི་ཚུ་བོར་བྱིང་ངོ་  
ཞེས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་བསྩལ་དོ། །སེམས་ཅན་དེ་དག་ཀྱང་བདག་  
གི་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་མ་བྱས་པའི་དྲིན་ཅན་ཤ་དག་ཡིན་ཏེ། ལས་ངན་གྱི་དབང་  
གིས་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྒྲིང་བ་སྒྲིང་རེ་རྗེ་སྒོམ་དུ་ཡང་ཡང་དུ་བསམ་ཞིང་སྒྲིང་  
རྗེ་བསྒོམས་ཏེ་གཏོང་ལེན་བྱའོ། །དེ་ལྟར་སྒྲིང་རྗེ་སྒོམ་པ་དང་། གཏོང་ལེན་བྱེད་  
པའི་ཚུ་ལ་འདི་ནི། འོག་ཏུ་ཡང་འགྲོ་བ་རེ་རེའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་བསམས་པའི་རྗེས་ལ་  
བསྒོམ་པར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡི་དྲགས་རྣམས་ཀྱང་པལ་ཆེར་ཤིན་ཏུ་མི་ཟད་པའི་  
བཀྲེས་པ་དང་། སྒོམ་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་མེས་སྐམ་པའི་ལུས་ཤིན་ཏུ་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
མར་པོ་སྒྲིང་སྟེ། ལོ་བརྒྱར་ཡང་ལ་ལས་མཆིལ་མའི་ཐལ་བ་དང་མི་གཙང་བ་ཙམ་  
ཡང་བཟར་མི་རྟོད་དོ་ཞེས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་བསྩལ་དོ། །དུད་འགྲོ་  
རྣམས་ཀྱང་གཅིག་ལ་གཅིག་ཟ་བ་དང་། ཁྲོ་བ་དང་། རྣམ་པར་འཛོལ་བ་དང་།



གསོད་པ་ལ་སོགས་པས་སྤྱག་བསྐྱལ་ཡང་མང་པོ་མྱོང་བ་ཁོ་ནར་སྤང་སྟེ་འདི་ལྟར་  
 ཁ་ཅིག་སྤྱ་འཕྱིག་པ་དང་། བརྟེན་པ་དང་། བཅིང་བ་དང་། བདགས་པ་ལ་སོགས་  
 པ་བདག་ལ་དབང་མེད་ཅིང་ཀུན་གྱིས་འདེམ་བཤིག་རྟེ། མི་འདོད་བཞིན་དུ་ཁལ་  
 ཆེན་པོ་ལྷ་ཁྱིའི་ཁུར་དཀར་བས་སྤྱོ་ཞིང་ངལ་ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་དགོན་པ་ན་འཁོད་  
 པ་ཡང་ཉེས་པ་མེད་པར་ཁ་ཅིག་ཆེད་དུ་ཆོལ་ཞིང་གསོད་དེ། ཏྲག་ཏུ་འཛིགས་པས་  
 ཡིད་འབྱུགས་རྟེ། བཅ་ཚུན་འཁོད་ཅིང་བྲོས་པ་ཡང་གྲངས་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་  
 དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཁོ་ནར་སྤང་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་མི་ལ་ཡང་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བའི་  
 སྤྱག་བསྐྱལ་ལ་སོགས་པ་ཁོ་ན་སྟེ། འདི་ན་རྒྱུན་པོ་ལ་སོགས་པ་གང་དག་ཡན་  
 ལག་བརྟུབ་པ་དང་། གསལ་གྱིང་ལ་སྤྱོན་པ་དང་། སྤྱངས་རྟེ་བསྐྱམ་པ་ལ་སོགས་  
 པ་ཉོན་མོངས་པ་དེ་དག་ནི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཁོ་ན་ཡིན་ཅོ། །  
 གང་དག་དཔྱལ་ཞིང་མོངས་པ་དེ་དག་ནི། ཡི་དྲགས་དང་འདྲ་བས་བགྱེས་གྱིང་  
 སྒྲོམ་པ་ལ་སོགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་ལོ། །བྲན་པ་སོགས་པ་གང་དག་གཞན་གྱིས་  
 ལུས་ལ་དབང་བྱས་པ་དང་། གང་དག་མཐུས་མནན་རྟེ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་དེ་དག་ནི།  
 དུད་འགྲོ་དང་འདྲ་བར་བརྟེན་པ་དང་། གདགས་པ་ལ་སོགས་པས་སྤྱག་བསྐྱལ་  
 ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་བཅའ་བར་བྱས་པ་དང་། གཅིག་ལ་གཅིག་གཞོད་པ་བྱེད་པ་  
 ལ་སོགས་པ་དང་། སྤྱག་པ་དང་བྲལ་བ་དང་། མི་སྤྱག་པ་དང་ཐུད་པ་ལ་སོགས་པ་  
 དེ་དག་ལ་སྤྱག་བསྐྱལ་དཔག་ཏུ་མེད་དོ། །གང་དག་ཁ་ཅིག་ལྷུག་ཅིང་བསྐྱིད་པ་  
 དང་འདྲ་བར་སྤང་བ་དེ་དག་གྱང་འབྱོར་པའི་མཐའ་ནི་རྒྱད་པ་དང་། ལྷ་བ་རན་པ་

སྒྲ་ཚོགས་པས་གཟིར་བས་ནུབ་ཅིང་། སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་པ་ལ་སོགས་པའི་  
 སྐྱུག་བསྐྱལ་སྟོང་བར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་མང་པོ་བསགས་པས།  
 གད་ཁ་ན་འདུག་པ་དང་འདྲ་བར་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱར་འགྱུར་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ལྟ་  
 ལ་ཡང་གང་དག་འདོད་པའི་ཁམས་ན་སྟོད་པ་དེ་དག་ནི་འདོད་པའི་མེས་ཡིད་  
 རབ་ཏུ་འབར་ཞིང་། སེམས་འབྱུགས་པ་དང་འདྲ་བར་བཤའ་མར་མི་འདུག་ལ།  
 སྐད་ཅིག་ཀྱང་སེམས་མཉམ་པར་འཛོག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རབ་ཏུ་ཞི་བའི་བདེ་  
 བའི་ནོར་གྱིས་དབུལ་བ་དེ་དག་ལ་བདེ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཉག་ཏུ་འཆི་འཕོ་བ་དང་།  
 ལྷང་བ་ལ་སོགས་པ་འཛིགས་པའི་མུ་རན་གྱིས་ནོན་པ་དག་ཏེ། དེ་དག་རི་ལྷར་བ་དེ།  
 གང་དག་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྟོད་པ་དེ་དག་ཀྱང་། སྐད་ཅིག་སྐྱུག་  
 བསྐྱལ་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་ལས་འདས་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་དེ་དག་འདོད་པ་ན་སྟོད་པའི་  
 བག་ལ་ཉལ་རྒྱམས་གིན་ཏུ་མ་སྤངས་པས་ཡང་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་པ་ལ་སོགས་  
 པར་ལྷང་བ་ཡོད་པས། འགྱུར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་ཡོད་པ་ཉིད་དོ། །ལྟ་དང་མི་འདི་  
 དག་ཐམས་ཅད་ནི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱས་གཞན་གྱི་དབང་  
 དུ་གྱུར་པ་ན། འདུ་བྱེད་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་བ་ཉིད་དོ། །དེ་ལྟར་འགྲོ་  
 བ་སོ་སོའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་བསམས་ཏེ། སྟོང་རྗེ་སྟོམ་པའི་འོག་ཏུ་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་པ་མ་དང་། བཉམ་གཤེས་སུ་མ་གྱུར་བ་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱས་ནས།  
 དེ་དག་ལ་ཡང་སྟོང་རྗེ་བསྟོམས་ནས་གཏོང་ལེན་བྱ་སྟེ། སྟོབ་སྟོབ་ལས། ཉེ་དུ་  
 འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོའི་ཁོངས་སུ་ཆུད་གྱུར་པ། །ཁྱུང་གི་ནང་དུ་ལྷང་བ་ལྟ་བུར་སྒྲང་

བཞིན་དུ། །སྒྲེ་འཆི་འཕོས་པས་ངོ་མ་ཤེས་པས་དེ་བོར་ནས། །གལ་ཏེ་གཅིག་ཐར་  
 བྱེད་ན་དེ་ལས་ཁྲེལ་བོར་མེད། །ཅིས་གསུངས་སོ། །ཁུང་པར་གོང་དུ་བཤད་པའི་  
 རྒྱལ་གྱིས་སེམས་ཅན་ཀུན་མར་ཤེས་བཞིན་དུ་དེ་དག་གི་དྲིན་མི་དྲན་ཞིང་། དེ་  
 དག་བོར་ནས་རང་གཅིག་ཕུ་གྲོལ་བར་འདོད་པ་ནི་ཁྲེལ་བའི་གནས་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ཉིད་ལས། བྱིས་པ་པར་ན་བཅོལ་བར་ཅི་ཡང་མི་རྣམས་པས། །གང་གི་རུ་ཞོ་བུམས་  
 པའི་ཤུགས་གྱིས་ཟགས་འབྱུང་བ། །ངལ་བ་མང་བསྟེན་བུམས་ལ་བསྟེན་པ་དེ་དག་  
 འདིར། །ཤིན་ཏུ་མང་རབས་ཞིག་ནའང་སྤང་བར་སུ་ཞིག་སྟོང་། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་རོ། །དེ་བས་ན་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ལན་ཅིག་མ་ཡིན་པར་ལན་བཏགས་པའི་  
 དྲིན་ཅན་གྱི་མ་འདི་རྣམས་དུག་གསུམ་གྱིས་གདོན་གྱིས་རྣམ་སྟེ་སེམས་རྣལ་དུ་མི་  
 གནས་པ་སྤང་དོར་ཤེས་པའི་མིག་དང་བྲལ་བ་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་ལམ་སྟོན་  
 པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་དམིགས་བྱ་མེད་པ། འདོད་པ་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་  
 སྐྱབ་པ་སྐྱུག་བསྐྱལ་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཅིང་འཁོར་བ་དང་རན་སོང་གི་གཡང་སར་  
 བརྗོག་འཆོས་ཤིང་འགྲོ་བ་འདི་རྣམས་སྟོང་རེ་རྗེ་སྟུམ་དུ་བསམ་སྟེ། །གཏོང་ལེན་  
 ཡང་དང་ཡང་དུ་བསྒྲོམ་སོ། །དེ་ལྟར་བསྒྲོམས་པས། །གཞན་དོན་གྱི་དཀའ་སྤྱད་གྱི་  
 ཁུར་ཁུར་བར་བཟོད་པའི་ལྷག་བསམ་འབྱུང་བས། །བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ལ་ནན་  
 ཏན་ཏུ་བྱས་ཏེ། དེ་ལ་ཡང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱི་ངོ་བོ་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་གྱི་  
 དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་སྟོང་རྗེ་གོམས་པའི་སྟོབས་གྱིས་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པར་དྲང་  
 བར་དམ་བཅས་པ་ན། །སྤྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྗོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སྟོན་



པའི་རང་བཞིན་གྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲིམ་མི་དགོས་པ་ཁོ་ནར་སྟེ་སྟེ། འཕགས་  
 པ་ཆོས་བརྒྱ་པའི་མདོ་ལས། སེམས་ཅན་མགོན་མེད་པ། སྐྱབས་མེད་པ། སྤྱིང་  
 མེད་པ་གང་དག་མཐོང་ནས་སྤྱོད་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་  
 སེམས་བསྐྱེད་དེ། གཞན་གྱིས་ཡང་དག་པར་འཛིན་དུ་བརྟུག་པ་ལས་ཀྱང་། བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟེ་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོས་  
 འོན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བདག་ཉིད་གྱིས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་  
 བྱང་ཆེ་བར། བཙོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་འཕགས་པ་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཀྱི་ཕྱག་རྒྱའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལས་བཀའ་བསྩལ་པ་ཏེ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱབ་པ་དང་  
 མི་ལྡན་ཡང་འཁོར་བའི་ནང་ན་འབྲས་བུ་ཆེ་བར་བཙོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་དེ་སྐད་  
 བུམས་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལས་བཀའ་བསྩལ་པ་ཏེ། རིགས་ཀྱི་བྱ་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་  
 བ་དོ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་ཆག་ཀྱང་གསེར་གྱི་རྒྱན་བྱང་དུ་འཕགས་པ་ཐམས་ཅད་ཟིལ་  
 གསེར་གྱིས་གཞོན་ཏེ། །དོ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་མིང་ཡང་མི་འདོར་ཞིང་དབུལ་བ་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱང་བསྟོག་གོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དུ་སེམས་བསྐྱེད་  
 པའི་དོ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱབ་པ་དང་མི་ལྡན་ཡང་། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 གསེར་གྱི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མིང་ཡང་  
 མི་འདོར་ཞིང་། འཁོར་བའི་དབུལ་བ་ཡང་བསྟོག་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །  
 གང་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་རྣམས་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་དུ་སྟོབ་མི་རུས་  
 པ་དེས་ཀྱང་འབྲས་བུ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་ཐབས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་ཟིན་པར་བྱང་ཆུབ་ཏུ་

སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ། འཕགས་པ་རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་པའི་མདོ་ལས། འདི་  
 ལྷར་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཁྱེད་བྱ་བ་མང་བ། བྱེད་པ་མང་སྟེ། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐམས་  
 ཅད་དུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་དུ་སྦྱོན་པའི་མ་རོལ་དུ་སྦྱོན་པ་ལ་བསྐྱབ་  
 པ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་མ་རོལ་དུ་སྦྱོན་པའི་བར་ལ་སྦྱོབ་མི་བཟོད་ན། འདི་ལྷར་རྒྱལ་  
 པོ་ཆེན་པོ་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་འདུན་པ་དང་། དད་པ་དང་། རོན་དུ་གཉེར་བ་  
 དང་། སྦྱོན་པའི་འདི་འགྲོ་ཡང་རུང་། འདུག་ཀྱང་རུང་། ཉལ་ཡང་རུང་། སད་ཀྱང་  
 རུང་། ཟ་ཡང་རུང་། འཁྱུང་ཡང་རུང་། ཉག་དུ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་བྱན་པར་གྱིས་  
 ཤིག་ཡིད་ལ་གྱིས་ཤིག་སྒྲམས་ཤིག་སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་།  
 ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་དང་། མོ་མོ་སྟེ་བོ་ཐམས་ཅད་དང་། བདག་གིས་  
 འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྷར་བྱང་བའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་  
 བསྐྱས་ཏེ། རྗེས་སུ་ཡིད་རང་བའི་མཆོག་གིས་རྗེས་སུ་ཡིད་རང་བར་གྱིས་ཤིག་རྗེས་  
 སུ་ཡིད་རང་ནས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་རང་སངས་  
 རྒྱས་དང་ཉན་ཐོས་རྣམས་ལ་མཆོད་པར་བྱ་བའི་བྱིར་དབུལ་ལོ། །ཡུལ་ནས་ཀྱང་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་དང་བྱན་མོང་དུ་གྱིས་ཤིག་དེ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ཉིད་ཀྱི་བར་དུ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་བྱིར་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་བའི་བྱིར་ཉན་གཅིག་བཞིན་དུས་གསུམ་  
 དུ་སྟོན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་ཡོངས་སུ་བསྐྱོས་ཤིག་རྒྱལ་  
 པོ་ཆེན་པོ་ཁྱེད་དེ་ལྷར་ཞུགས་ལ་རྒྱལ་པོ་གྱིས་ཤིག་དང་། རྒྱལ་པོའི་སྤྱིད་ཀྱང་མི་

ནམས་སོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཚོགས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་  
གསུངས་སོ། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ཡང་དབྱེ་ན་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། སྒྲོན་པའི་སེམས་  
དང་ཞུགས་པའི་སེམས་སོ། །དེ་དག་གི་ཁྱད་པར་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་  
རྒྱལ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སེམས་དེ་ཉིད། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཚོགས་སྐྱབ་པའི་སྒྲོམ་པས་མ་  
ཐེན་པ་ནི་སྒྲོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ལ། སེམས་དེ་ཉིད་གང་ཡན་ཆད་སྒྲོམ་པས་  
བཟུང་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཚོགས་སྐྱབ་པའི་བྱ་བ་ལ་ཞུགས་པ་ནི་ཞུགས་པའི་སེམས་  
ཞེས་བྱའོ། །སྒྲོན་པའི་སེམས་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པར་འགྱུར་ནིར་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རི་རྒྱད་དུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་གྱུར་པའི་རྒྱད་  
ཅིག་ལ། །འཁོར་བའི་བཙོན་རར་བསྐྱམས་པའི་ནམ་གཤམ་རྣམས། །རྒྱལ་བ་རྣམས་  
ཀྱི་སྤྲུལ་ཞེས་བརྗོད་བྱ་སྟེ། །འཛིན་ཏེན་ལྷ་མིར་བཅས་པའི་ཕྱག་བྱར་འགྱུར། །  
ཞེས་གསུངས་སོ། །སྐྱབ་པ་སྒྲིང་པོར་བྱེད་པ་ཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་  
འབྲས་བུ་གིན་དུ་ཆེ་སྟེ། ཡད་བྱིན་གྱིས་ཞུས་པ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བསོད་  
ནམས་གང་། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་གཟུགས་མཆིས་ན། །ནམ་མཁའི་ཁམས་ནི་ཀུན་གང་  
སྟེ། །དེ་ནི་དེ་བས་ལྷག་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྒྲིད་འཇུག་ལས་ཀྱང་།  
དེ་ནས་གཟུང་སྟེ་གཉིད་ལོག་གས། །བག་མེད་གྱུར་གྱང་བསོད་ནམས་སྤྲུགས། །  
རྒྱན་མི་ཆད་པ་དུ་ས་ཞིག །ནམ་མཁའ་མཉམ་པ་རབ་དུ་འབྱུང་། །ཞེས་སོ། །  
གཞན་ ཡང་སྒྲོན་འཇུག་གི་སེམས་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་སྒྲོང་པོ་བཀོད་པ་ལས་



གསུངས་པ། རིགས་ཀྱི་བྱ་སེམས་ཅན་གྱི་འཇིག་རྟེན་ན་གང་དག་སྤྱོད་མེད་པ་  
 ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་ཀྱིས་སྒྲོན་པའི་སེམས་ཅན་དེ་དང་  
 དེ་དག་ནི། རྟེན་པར་དགའ་འོ། །སེམས་ཅན་གང་དག་སྤྱོད་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
 རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་དེ་དག་ནི་དེ་བས་ཤིན་ཏུ་རྟེན་  
 པར་དགའ་འོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདུག་པའི་སྒྲོམ་པ་གཟུང་བ་ནི། མ་སྐྱེས་པ་  
 སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དང་། སྐྱེས་པ་མི་ཉམས་པར་བསྐྱུང་བ་དང་། ཉམས་པ་ཕྱིར་  
 བཅོས་པའི་ཐབས་ལ་སོགས་པ་རྒྱས་པར་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་དག་གིས་  
 ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

དེ་ལྟར་ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནས། དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། འབད་པར་བྱ་སྟེ། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ལས། ཤ་རིའི་བྱ་  
 འདི་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཐམས་ཅད་མཛོན་པར་  
 རྫོགས་པར་འཛང་རྒྱ་བར་འདོད་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་བསྐྱབ་  
 པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དོན་དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ནི་འཇིག་  
 རྟེན་ལས་འདས་པ། སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ། ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་དོན་དམ་  
 པའི་སྒྲོད་ཡུལ་དྲི་མ་མེད་པ། མི་གཡོ་བ་རྒྱང་མེད་པའི་མར་མེའི་རྒྱན་བཞིན་དུ་མི་  
 གཡོ་བའོ། །དེ་འགྲུབ་པ་ནི་རྟག་ཏུ་གྲུས་པར་ཡུན་རིང་དུ་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་  
 གི་རྣལ་འབྱོར་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་འགྱུར་ཏེ། འཇགས་པ་དགོངས་པ་ངས་  
 པར་འགྲེལ་པ་ལས་བཤད་པ། རི་རྒྱན་དུ། གང་ཡང་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱིས་སམ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་སམ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དགོ་བའི་  
 ཆོས་འཛིག་རྟེན་པ་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཞི་གནས་དང་  
 ལྷག་མཐོང་གི་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པས་ཞི་གནས་  
 དང་ལྷག་མཐོང་སྒྲིམ་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་བཞི། ཞི་ལྷག་གི་ཡན་ཡོན་དང་། དེ་དག་  
 གི་རྒྱ་ཆོགས་དང་། དེ་དག་སོ་སོའི་ངོ་བོ་དང་། དེ་དག་ལ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལོ། །  
 དང་པོ་ལ། ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་འཛིག་རྟེན་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡོན་  
 ཏན་ཐམས་ཅད། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཏེ། དགོངས་འབྲེལ་  
 ལས། བྱམས་པ་ཡང་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་ལམ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
 ཀྱི་ལམ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དགོ་བའི་ཆོས་འཛིག་རྟེན་པ་དང་འཛིག་  
 རྟེན་ལས་འདས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་འབྲས་བུ་ཡིན་  
 པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་བོ། །ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་རི་  
 སྟེང་པ་ཡང་ཞི་ལྷག་གིས་བསྐྱུས་ཏེ། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་རི་  
 སྟེང་དུ། ངས་ཉན་ཐོས་རྣམས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་དང་། དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་རྣམས་དུ་མར་བསྟན་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་  
 དག་ཐམས་ཅད་ནི་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གིས་བསྐྱུས་པར་རིག་པར་བྱའོ། །  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །སྤྱང་བྱ་ཉན་མོངས་དང་རྣམ་རྟོག་མངོན་གྱུར་མགོ་མཚོན་པ་དང་།  
 བག་ལ་ཉལ་སོ་སོར་འཛོམས་པའི་ཡང་ཞི་ལྷག་གཉིས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ཉིད་ལས། སྟེ་བ་པོ་ཡིས་ལྷག་མཐོང་དང་། ཞི་གནས་གོམས་པར་བྱས་ན་ནི། །

གནས་ངན་ལེན་གྱི་འཆིང་བ་དང་། །མཚན་མའི་འཆིང་བ་ལས་གྲོ་ལ་འགྱུར། །ཞེས་  
དང་། གནས་ངན་ལེན་ནི། སྤང་བྱའི་ས་བོན་ཡིན་ལ། མཚན་མའི་འཆིང་བ་ནི་མངོན་  
འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ལྷག་མཐོང་དང་ཞི་གནས་གྱི་སྤྱོད་པོ། །

གཉིས་པ་ཞི་གནས་གྱི་རྒྱ་ཚོགས་ནི། མདོ་སྡེ་རྒྱན་དུ། སྒོ་ལྷན་གང་དུ་  
སྐྱབ་པའི་ཡུལ། །ལེགས་པར་རྟེན་དང་གནས་བཟང་དང་། །ས་བཟང་བ་དང་  
གྲོགས་བཟང་དང་། །རྣལ་འབྱོར་བདེ་བའི་ཡོ་བྱད་ལྷན། །ཞེས་སོགས་གྱི་མཐུན་  
པའི་ཡུལ་ན་གནས་པ་དང་། ཟས་གོས་དང་བསོད་སྟོམས་སོགས་བཟང་པོ་དང་  
མང་པོ་ལ་འདོད་པ་མེད་ཅིང་། ངན་ངོན་ཙམ་གྱིས་ཚོག་གེས་པ་དང་། སྤྲོད་དང་།  
དཀར་རྩིས་དང་། ཞིང་ལས་དང་། ཚོང་ལས་སོགས་བྱ་བ་མང་པོ་སྤྱོད་བ་དང་།  
རང་བཞིན་དང་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་གྲོ་བ་མེད་པར་རྒྱུ་ལ་བྲིམས་རྣམས་པར་དག་པ་  
དང་། འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམས་པར་རྟོག་པ་སྤངས་པའོ། །ཞི་གནས་ལ་འཇུག་  
པའི་དང་པོ་ཚོགས་དེ་དག་དང་ལྷན་པར་བྱའོ། །ལྷག་མཐོང་གི་ཚོགས་ནི། མདོ་སྡེ་  
རྒྱན་ལས། བཤེས་གཉེན་དུ་ལ་བ་ཞི་བ་ཉེར་ཞིར་ལྷན། །ཡོན་ཏན་ལྷག་པར་བརྩོན་  
བྱས་ལུང་གིས་ལྷུག། དེ་ཉིད་ལེགས་པ་རྟོགས་པ་སྤྲུལ་ལས་ལྷན། །སྤྱིང་རྒྱའི་བདག་  
ཉིད་སྒྲོ་བ་སྤངས་ལ་བརྟེན། །ཞེས་པའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྷན་པའི་སྒྲུལ་བྱ་དམ་པ་  
ལ་བརྟེན་པ་དང་། དྲང་བ་དང་ངེས་པའི་དོན་གྱི་མདོ་སྡེ་རྣམས་ངེས་པར་བྱས་ཏེ་  
ཉན་པས་མང་དུ་བློས་པ་ཡོངས་སུ་བཅུ་ལ་བ་དང་། བློས་པའི་དོན་ལ་ལུང་རིགས་  
གྱིས་རྒྱལ་བཞིན་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཟས་སྤྱོད་ཞིང་རྗེས་སུ་མཐུན་



པའི་ཟས་ཀྱང་རན་པར་སྒྲིད་པ་ཟས་ཀྱི་ཚོད་ཟིན་པ་རྣམས་སོ། །ལྷག་མཐོང་ལ་  
འདུག་པའི་ཐོག་མར་ཚོགས་པ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ནི་ལྷག་གི་ངོ་བོ་ལ། ཞི་གནས་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི། དགོངས་པ་ངས་  
འགྲེལ་ལས། དེ་གཅིག་ལུ་དབེན་པར་འདུག་ཏེ། རང་དུ་ཡང་དག་པར་བཞག་ནས།  
ཇི་ལྟར་ལེགས་པར་བསམས་པའི་ཚོས་དེ་དག་ཉིད་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་། སེམས་གང་  
གིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་སེམས་དེ་ཉིད་ནང་དུ་རྒྱན་ཆགས་སུ་ཡིད་ལ་བྱས་པས་ཡིད་  
ལ་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་ཞུགས་ཤིང་དེ་ལྟར་ལན་མང་དུ་གནས་པ་དེ་ལ། ལུས་ཤིན་ཏུ་  
སྦྱངས་པ་དང་། སེམས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཞི་གནས་  
ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཞིག་གནས་ཡོངས་སུ་ཚོལ་བར་བྱེད་  
པ་ཡིན་ཅོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དམིགས་པ་ལ་སེམས་རྩེ་གཅིག་པའི་ཏིང་ངེ་  
འཛིན། ལུས་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་དང་ལྟན་པ་ནི་ཞི་གནས་ཡིན་ལ། ལྷག་  
མཐོང་གི་ངོ་བོ་ནི། ཞི་གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ལ་ཇི་ལྟར་དང་ཇི་སྟེད་པའི་  
ཚོས་དེ་རྣམས་སོ་སོར་རྣམ་པར་འབྱེད་པར་བྱེད། ཡོངས་སུ་སྒྲིད་པར་བྱེད་པའི་  
ཤེས་རབ་སྟེ། མདོ་དེ་ཉིད་ལས། དེ་ལུས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་དང་། སེམས་ཤིན་ཏུ་  
སྦྱངས་པ་དེ་ཐོབ་ནས། དེ་ཉིད་ལ་གནས་ཏེ་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་སྦྱངས་ནས་ཇི་ལྟར་  
བསམ་པའི་ཚོས་དེ་དག་ཉིད་ནང་དུ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྒྲིད་ཡུལ་གཟུགས་བརྒན་དུ་  
སོ་སོར་རྟོག་པར་བྱེད། མོས་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྒྲིད་ཡུལ་  
གཟུགས་བརྒན་དེ་དག་ལ་ཤེས་བྱའི་དོན་དེ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་དང་། རབ་ཏུ་རྣམ་

པར་འབྱེད་པ་དང་། ཡོངས་སུ་རྟོག་པ་དང་། ཡོངས་སུ་དབྱེད་པ་དང་། བཟོད་པ་  
 དང་། འདོད་པ་དང་། བྱེ་བྲག་འབྱེད་པ་དང་། ལྷ་པ་དང་། རྣམ་པར་རྟོག་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་ལྷ་ག་མཐོང་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྷ་ར་ན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ལྷ་ག་མཐོང་  
 ལ་མཁས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་སྤྱིན་ལས་ཀྱང་། ཞི་  
 གནས་ནི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཉིད་དོ། །ལྷ་ག་མཐོང་ནི་ཡང་དག་པར་སོ་སོར་རྟོག་  
 པའོ། །ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་ལ། རྗེ་བཙུན་བུམས་པས་ཀྱང་། མདོ་སྡེ་རྒྱན་  
 ལས། ཆོས་ཀྱི་མིང་ནི་སྟོམ་པའང་འདི། །ཞི་གནས་ལམ་དུ་ཤེས་པར་བྱ། །ལྷ་ག་  
 མཐོང་ལམ་ནི་དེ་དོན་རྣམས། །རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་དང་། ཡང་  
 དག་གནས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། །སེམས་ལ་སེམས་ནི་འཛོག་ཕྱིར་དང་། །ཆོས་རབ་  
 རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཕྱིར། །ཞི་གནས་དང་ནི་ལྷ་ག་མཐོང་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

སོ་སོའི་བསྐྱབ་ཚུལ་ལ་གསུམ། ཞི་གནས་ལ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་དང་། ལྷ་ག་  
 མཐོང་ལ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ། དེ་གཉིས་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ།  
 ལུས་གནས་ཅི་འདྲ་བས་བསྒྲོམ་པ་དང་བསྒྲོམ་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་དངོས་བཤད་པ་  
 གཉིས་སོ། །དེ་ལ་ལུས་ཀྱི་ཀུན་སྟེང་ཆོས་བརྒྱད་དང་ལྷན་པར་བྱ་སྟེ། དཀྱིལ་ཀྱང་  
 རྗེ་གསུམ་པའང་དཀྱིལ་ཀྱང་ཕྱེད་པའང་རུང་སྟེ་དེ་ལྷ་ར་བྱའོ། །མིག་ནི་ཏ་ཅང་མི་དབྱེ་  
 ཏ་ཅང་མི་བུམ་པར་སྒྲ་ཅེར་བལྟའོ། །ལུས་ཏ་ཅང་མི་དབྱེ་ཏ་ཅང་མི་སྒྲུར་བ་དྲང་  
 བོར་སྤང་སྟེ་དྲན་པ་ནང་དུ་བཞག་ཏེ་འདུག་པར་བྱའོ། །ཕྱག་པ་ཡང་ཐད་ཀར་རྣམ་  
 པར་བཞག་གོ། །མགོ་མི་མཐོ་མི་དམའ་ཞིང་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་མི་ཡོ་བར་སྒྲ་ནས་སྟེ་

བར་དྲང་པོར་བཞག་གོ། སོ་དང་མཆུ་ཡང་ཐ་མལ་དུ་བཞག་ ལྷེ་ཡང་ཡ་སོ་ལ་སྒྱར་  
 རོ། །དབུགས་ཕྱི་ནང་དུ་རྒྱ་བ་ཡང་སྒྲ་ཅན་དང་། རམས་པ་དང་། རྒྱུ་བཟ་ཅན་  
 དུ་མི་གཏང་བར་། ཅི་ནས་ཀྱང་དལ་བུ་དལ་བུས་འདུག་པར་བྱའོ། །ལག་པ་ཡང་  
 མཉམ་གཞག་ཏུ་བྱའོ། །དེ་ལྟའི་ལུས་ཀྱི་ཀྱན་སྒྲོན་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་ལྷ་ཡོད་དེ། ལྷར་  
 བར་ལུས་ཤིན་སྒྱུངས་སྒྲེ་བ་དང་། འདུག་པས་ཡུན་རིང་དུ་འདའ་བར་ནུས་པ་དང་།  
 ལུས་རལ་བར་མི་འགྱུར་བ་དང་། ལུ་སྟེགས་དང་པས་ཀྱི་རྒྱལ་བ་སོགས་དང་བྱན་  
 མོང་མ་ཡོན་པ་དང་། གཞན་གྱིས་སྒྲོན་ལམ་དེས་འདུག་པ་མཐོང་བ་ན་ཤིན་ཏུ་དང་བ་  
 སྒྲེ་བ་དང་། སྒྲོན་ལམ་དེ་སངས་རྒྱས་དང་། ཉན་ཐོས་སོགས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་གནང་  
 བ་ཡོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་བསྐྱེམ་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་བཤད་པ་ལ་ལྟ། ཞི་ལྷག་གཉིས་ཀ་སྒྲོམ་  
 དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། སྒྲོམ་པའི་གོ་རིམ་དེས་པ་དང་། གང་ལ་སེམས་གཏོད་  
 པའི་དམིགས་པ་དོས་གཟུང་བ་དང་། དེ་ལ་ཇི་ལྟར་སེམས་གཏོད་པའི་ཚུལ་དང་།  
 གཏད་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཞི་གནས་སྒྲེས་པའི་ཚད་དོ། །དང་པོ་ནི། དཔེར་ན་རྒྱ་ཤིན་  
 ཏུ་དྲངས་ཤིང་རྒྱ་གིས་བསྒྲོན་པའི་གཡོ་བ་མེད་པ་ལ། གཞིན་ལ་སོགས་པའི་གཟུགས་  
 བརྒན་གསལ་པོར་འཆར་དུ་རུང་གི་ རྒྱ་ལ་དྲངས་པ་ཡོད་ཀྱང་རྒྱ་གིས་སྒྲོན་པའི་  
 གཡོ་མི་གཡོ་ཡང་རྫོགས་མ་ཅན་ལ་དེ་ལྟ་མ་ཡོན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱིང་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོན་  
 གྱིས་མ་བཀྱགས་པའི་རྩེ་གཅིག་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་གནས་ལུགས་ལ་སྒྲོ་འདོགས་  
 ཚོད་པའི་ཤེས་རབ་གསལ་པོ་དང་ལྡན་པའི་རྣལ་འབྱོར་པས། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གསལ་



པོར་མཐོང་བར་འགྱུར་གྱི། དེ་དག་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་མེད་པར་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་  
 རབ་མེད་པའི་ཞི་གནས་ཙམ་འབའ་ཞིག་གོམས་པར་བྱས་པ་ནི། དེ་ཤིག་ཞོན་  
 མོངས་པ་རྣམ་པར་གཞོན་པ་ཙམ་དུ་བྱད་གྱི་བག་ལ་ཉལ་ལེགས་པར་འཛོམས་མི་  
 རུས་ཏེ། ཤེས་རབ་གྱི་སྒྲུང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་ཡང་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་  
 རྒྱལ་པོ་ལས། ཏིང་འཛིན་དེ་ནི་བསྒྲོམ་པར་བྱེད་མོད་གྱི། །དེས་ནི་བདག་ཏུ་འདྲུ་  
 ཤེས་འཛིགས་མི་བྱེད། །དེའི་ཞོན་མོངས་ཕྱིར་ཞིང་རབ་འབྱུགས་ཏེ། །ལྷག་བཙུང་  
 འདི་ན་ཏིང་འཛིན་བསྒྲོམ་པ་བཞིན། །གལ་ཏེ་ཆོས་ལ་བདག་གཞན་སོ་སོར་རྟོགས། །  
 སོ་སོར་བརྟགས་ཏེ་གལ་ཏེ་བསྒྲོམ་པ་ནི། །དེ་ཉིད་མྱ་ངན་འདས་ཐོབ་འབྲས་བུའི་  
 རྒྱུ། །རྒྱ་བཞན་གང་ཡིན་དེས་ནི་ཞི་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཞི་གནས་  
 མེད་པའི་ཤེས་རབ་ཙམ་གྱིས་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། མཚན་མོ་རྒྱུད་གིས་བསྒྲོད་པའི་  
 མར་མེས་གཟུགས་གསལ་བར་བྱེད་མི་རུས་པ་བཞིན་དུ། རྟོག་དཔྱེད་གྱིས་  
 བརྟགས་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་གནས་ལུགས་གསལ་བར་མཐོང་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེའི་ཕྱིར་གཉིས་ཀ་བསྒྲོམ་དགོས་ཏེ། བཤེས་སྤྱིང་ལས། བསམ་གཏན་མེད་  
 པར་ཤེས་རབ་ཡོད་མིན་ལ། །ཤེས་རབ་མེད་པར་ཡང་ནི་བསམ་གཏན་མེད། །དེ་  
 གཉིས་གང་ལ་ཡོད་པས་སྤྱིང་པ་ཡི། །རྒྱ་མཚོ་གནག་རྗེས་ལྷ་བུར་འཆ་པ་བར་  
 བཞི། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ་སྒྲོམ་པའི་གོ་རིམ་ངེས་པ་ནི། ཐོག་མར་ཞི་  
 གནས་སྒྲོམ་པར་བྱ་སྟེ། ཞི་གནས་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷག་འཕྲོང་སྒྲོམ་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་སྐད་དུ་ཡང་ཞི་གནས་རབ་ཏུ་ལྷན་པའི་ལྷག་འཕྲོང་གིས། །ཞོན་མོངས་རྣམ་པར་

འཛིམས་པར་ཤེས་བྱས་ནས། །ཐོག་མར་ཞིག་ནས་བཅུ་བྱ། །ཞེས་གསུངས་  
 ཤིང་། མཛོད་ལས་ཀྱང་ཞིག་ནས་གྲུབ་པར་གྱུར་པ་ཡིས། །དྲན་པ་ཉེར་བཞག་  
 བསྐྱེམ་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གསུམ་པ་སེམས་གང་ལ་བཏོད་པའི་དམིགས་  
 པ་རོས་བབྱང་བ་ལ། དང་པོར་སེམས་འཛིན་པའི་དམིགས་ཏེན་དང་། སྒྲིམ་པའི་  
 གསལ་སྒྲུང་བོའ་པའི་དམིགས་པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི། སྒྲིམ་སེམས་འཛིན་པའི་  
 དམིགས་པ་ལ་མང་པོ་བཤད་པས་ངེས་པ་མེད་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲུབ་སེམས་  
 འཛིན་པ་ནི། སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་དྲན་པ་དང་། བསོད་ནམས་འབྲས་པ་སྒྲེབ་  
 ལ་སོགས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་ཅིང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་གྲུབ་པའི་དགོས་པ་ཡང་ཡོད་  
 པས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲུབ་གཟུགས་ལ་དམིགས་ཏེན་བྱའོ། །དེ་ཡང་རི་ལྗང་  
 བྱ་གཅིག་ཅེ་ན། སྒྲིམ་རིམ་བྲམ་ལས། དེ་ལ་རྣལ་འབྱོར་པས་ཐོག་མར། དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་སྒྲུབ་གཟུགས་རི་ལྗང་མཐོང་བ་དང་། རི་ལྗང་ཐོས་པ་ལ་སེམས་བཞག་  
 ནས་ཞིག་ནས་སྒྲུབ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲུབ་གཟུགས་དེ་ཡང་གསེར་  
 བཙོ་མའི་མདོག་བཞིན་དུ་སེར་ལ་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་བཟང་པོས་བརྒྱན་པ། ལམ་  
 གྱི་ནང་ན་ཞུགས་ཤིང་། ཐབས་སྒྲུ་ཚོགས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པ་རྒྱན་  
 དུ་ཡོད་ལ་བྱེད་པས། དེའི་ཡོན་ཏན་ལ་འདོད་པ་བསྐྱེད་ཅིང་བྱིང་བ་དང་རྟོན་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ཞིབ་པར་བྱས་ལ། རི་སྒྲིད་དུ་དེ་མདུན་ན་བཞུགས་པ་བཞིན་དུ་གསལ་  
 བར་མཐོང་བར་གྱུར་པ་དེ་སྒྲིད་དུ་བསམ་གཏན་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་ཏིང་ངེ་  
 འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས་ཀྱང་། གསེར་གྱི་ཁ་དོག་ལྷ་བུའི་སྒྲུབ་ལུས་ཀྱིས། །འཛིག་ཏེན་

མགོན་པོ་ཀུན་ཏུ་འཛེས་པ་སྟེ། །དམིགས་པ་དེ་ལ་གང་གིས་སེམས་འདུག་པ། ། བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའ་དེ་མཉམ་བཞག་ཅིས་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྷ་བུ་ལ་དམིགས་  
 པའི་རྟེན་བྱའོ། །དེ་ཡང་ཐོག་མར་དམིགས་རྟེན་འཛོལ་བ་དང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་སྒྲུ་  
 གཟུགས་ལུགས་མའམ། གྲིས་མ་གང་ཡང་དུང་བ་ལེགས་པ་གཅིག་ལ་ཡང་ཡང་  
 བལྟས་དེ། དེའི་མཆོན་མ་བཟུང་ནས། དེའི་གཟུགས་བརྒྱན་ཡིད་ཡུལ་དུ་འཆར་དུ་  
 བཞུགས་པ་ལ་གོམས་པར་བྱ་བའམ། ཡང་ན་སྒྲུ་མས། སངས་རྒྱལ་གྱི་སྒྲུའི་ཁ་  
 དོག་དང་། དབྱིབས་དང་། བཞུགས་ཚུལ་རྣམས་ལེགས་པར་བརྟ་སྤྲད་ནས་དེའི་  
 རྣམ་པ་ཡིད་ཡུལ་དུ་འཆར་དུ་བཞུགས་གོ། །དེ་ཡང་དབུའི་གཙུག་ཏོར་ནས་བཟུང་སྟེ།  
 ཞལ་གྱི་རྣམ་པ་དང་། བྱག་མཉམ་གཞག་དང་ས་ཅོན། ཞབས་དགྱི་ལ་ཀྱང་གི་བར་  
 ལ་གསལ་བཏབ་སྟེ། སྒྲར་སྒྲུའི་སྒྱི་མཆོན་ལ་སེམས་བཟུང་། དེ་ལྟར་ཡང་ཡང་  
 གོམས་པར་བྱས་པས་དབུ་དང་བྱག་དང་ཞབས་གྱི་ཁ་དོག་དང་། དབྱིབས་ལ་སོགས་  
 མ་འདྲེས་པས་ཐུན་ཅམ་བྱུང་ན། དེ་ཉིད་ལ་རྒྱུན་མཐུན་དེ་སེམས་གཟུང་། དེའི་ཆེ་  
 སྒྲོན་བཞི་སྟེ་རྩ་བའི་དམིགས་རྟེན་གྱི་ཁ་དོག་དང་། དབྱིབས་དང་། གྲངས་དང་།  
 ཆེ་ཆུང་གི་ཆད་ལས། ཁ་དོག་སོགས་གཞན་གྱི་རྣམ་པ་ཤར་བ་ན། སྒྲོན་ཡིན་པས།  
 དམིགས་རྟེན་གྱི་ཁ་དོག་ལ་སོགས་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱས་པས་སེམས་  
 བཟུང་ངོ། །དེ་ཡང་དུ་བ་ལ་སོགས་པ་མ་སྒྲོམ་པའི་ཟང་ཟིང་གཞན་བྱུང་ན། སྒྲོན་  
 ཡོན་གང་དུ་ཡང་མི་ལྟ་བར། དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་སེམས་འཕྲོར་མི་བཞུགས་པར་རྩ་  
 བའི་དམིགས་རྟེན་ཉིད་ལ་སེམས་བཟུང་ངོ། །གཉིས་པ་སྒྲོམ་པས་གསལ་པ་སྒྲུང་



ཐོབ་པའི་དམིགས་པ་ནི། གོང་གི་དམིགས་རྟེན་དེ་ཉིད་ལ་ཇི་སྐད་བཤད་པ་ལྟར།  
 ཡང་ཡང་གོམས་པར་བྱས་པས། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་མཐུ་ཅུང་ཟད་ཐོབ་སྟེ། དམིགས་  
 རྟེན་ཇི་ལྟ་བུའི་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ལ་སོགས་པ་ཡིད་ཡུལ་དུ་མངོན་སུམ་ལྟ་བུར་  
 ཤར་བ་ན། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་གཟུགས་བརྒྱན་ཞེས་ཀྱང་བྱ། ཞི་གནས་གྱི་མཚན་མ་  
 དང་དམིགས་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། ཞི་གནས་གྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི་ཞི་གནས་  
 བི་མ་ཡིན་ལོ། །བཞི་པ་ཇི་ལྟར་སེམས་བཏོད་པའི་ཚུལ་ནི། སྦྱིར་གཞུང་ལུགས་  
 ཆེན་པོ་དག་ནས་སྦྱོར་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་དང་། སེམས་གནས་པའི་བབས་དགུ་  
 ལ་སོགས་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཡན་ལག་དུ་མ་ཞིག་གསུངས་ཀྱང་། འདིར་ལས་  
 དང་པོ་པ་དག་གི་ཉིང་དེ་འཛིན་བསྐྱེམ་པར་མེད་ཁ་མེད་གྱི་ཡན་ལག་ནི་དྲན་པ་  
 དང་ཤེས་བཞིན་གཉིས་ཏེ། དྲན་པས་དང་པོར་སེམས་དམིགས་པ་ལ་བཏོད་པར་  
 བྱེད་ཅིང་། དེ་རྒྱུན་གཞན་དུ་མི་སྦྱོར་བར་བྱེད་པའི་བྱིར་དང་། ཤེས་བཞིན་གྱིས་  
 བར་སྐབས་སུ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་སྦྱོན་བྱིང་གོད་པོ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་སྦྱོར་བར་བྱེད་  
 པའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་མདོ་སྟེ་རྒྱུན་གྱི་འགྲེལ་པ་ལས། དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་  
 བི་ཉི་བར་བཏོད་པར་བྱེད་པ་སྟེ། གཅིག་གི་སེམས་དམིགས་པ་ལས་མི་འཕྲོ་བར་  
 བྱེད་པའི་བྱིར་དང་། གཉིས་པས་སེམས་འཕྲོ་བ་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་  
 གསུངས་ཤིང་། དབུ་མ་སྦྱོར་པོ་ལས་ཀྱང་། སེམས་ཀྱི་གྲང་ཆེན་ལོག་འགྲོ་བ། །  
 དམིགས་པའི་ཀ་བ་བརྒྱན་པོ་ལ། དྲན་པའི་བྲག་པས་ངེས་བཏགས་ཏེ། ཤེས་རབ་  
 ལྷག་ཀྱས་རིམ་དབང་བྱ། ཞེས་གསུངས་སོ། །འདིར་ཤེས་རབ་ནི་ཤེས་བཞིན་ལོ། །

དྲན་པས་སེམས་དམིགས་པ་ལ་བཏོད་པའི་ཚུལ་ནི། སྒར་མཐོང་བ་དམིགས་ནེན་  
 གྱི་རྣམ་པ་དེ་ཉིད་འཆར་བར་བྱས་ནས། སེམས་གཞན་དུ་མི་འཕྲོ་བར་དམིགས་པ་  
 དེ་ཉིད་ལ་སེམས་དམ་དུ་འཛིན་པའོ། །དེ་སྐད་དུ་མངོན་པ་ཀུན་ལས་བདུས་ལས།  
 དྲན་པ་གང་ཞེ་ན། འདྲིས་པའི་དངོས་པོ་ལ་བརྗེད་པ་མེད་པ་སྟེ། རྣམ་པར་མི་  
 གཞེས་བའི་ལས་ཅན་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པས་དྲན་པ་སེམས་དམིགས་པ་ལས་གཞན་  
 དུ་མི་གཞེས་བའི་ལས་ཅན་དུ་བཤད་དོ། །དེ་བས་ན་ཏིང་ངེ་འཛིན་སྒྲོམ་པའི་ཆོ། དམིགས་  
 པ་ལ་སེམས་པའི་དྲན་པ་མེད་ན། ཡང་ན་སེམས་ནང་དུ་བྱིང་སྟེ་དམིགས་པ་མི་གསལ་  
 བར་འགྱུར་ལ། ཡང་ན་ཐྱིང་འཕྲོས་ཏེ་སེམས་རྣམ་པར་གཞེས་བར་འགྱུར་པོ། །དེ་  
 བས་ན་བསྒྲོམ་པའི་ཆོ། ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་དམིགས་པ་མ་བརྗེད་པའི་དྲན་པ་ཤུགས་  
 ལྷན་རྒྱན་དུ་སྟོན་པ་གལ་ཆེའོ། །གལ་ཏེ་བར་སྐབས་སུ་དྲན་པ་ཉམས་ཏེ། སེམས་  
 བསྐྱུས་ཡེངས་སུ་གྱུར་ན། དེ་ངོས་ཟེན་པའི་ཤེས་བཞིན་གལ་ཆེའོ། །དེ་ལ་ཤེས་  
 བཞིན་ནི། ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྒྲོན་ཡོན་ཉིག་པུ་ཤེས་རབ་སྟེ། བྱིང་གོད་བྲལ་བའི་  
 སེམས་ཅི་གཅིག་པ་ནི་ཏིང་ངེ་འཛིན་སྒྲོན་མེད་ཡོན་ལ། སེམས་ནང་དུ་བསྐྱུས་ཏེ།  
 ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་དམིགས་པ་མི་གསལ་བའི་བྱིང་བ་དང་། གཉིད་གྱིས་སྒྲོམ་པ་ལྷུང་  
 དམིགས་པ་མི་གསལ་བ་ཅུང་ཡང་མེད་པར་སེམས་ཉིག་ཉིག་པོར་གྱུར་པའི་ཤུགས་  
 པ་དང་། དམིགས་པ་ལས་ཡུལ་གཞན་ན་སེམས་འགྲོ་བ་ནི་གཞེས་བ་ཡོན་ཏེ། དེ་  
 དག་ནི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྒྲོན་ལོ། །ཤེས་བཞིན་གྱིས་བསྒྲོམ་པའི་སྐབས་སུ། དེ་  
 དག་ངོས་ཟེན་པར་བྱེད་པ་ལ་ཡང་། སྒྲོམ་པ་ལ་འཇུག་པའི་དང་པོར། བདག་གི་

ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བྱམ་འདི་མ་རྫོགས་ཀྱི་བར་བྱིང་ཚོད་མ་བྱུང་བར་བྱ་དགོས་པའི་  
 འདུན་པ་དྲག་པོ་སྒྲོན་དུ་བཏང་དགོས་ཀྱི། བྱིང་ཚོད་ཀྱི་སྒྲོན་ཡོན་གཤམ་པ་ཅམ་  
 གྱིས། སྒྲོམ་པའི་ཆེ་དེ་དག་ངོས་ཟེན་པ་དགའོ། །དེའི་མངོན་དུ་འདུན་པ་དེ་ལྟར་  
 བཏང་ན་བྱིང་ཚོད་བྱུང་མ་ཐག་ངོས་ཟེན་པར་འགྱུར་ལ། བར་སྐབས་སུ་ཡང་། ཅི་  
 བདག་གི་སེམས་དམིགས་པ་ལ་ལེགས་པར་འཛིན་ཏེ་འོན་ཏེ་བྱི་རོལ་དུ་ནམ་པར་  
 གཡེང་ངམ། བར་དུ་བསྐྱུས་སམ། ཞེས་ཡང་ཡང་བརྟག་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བརྟག་  
 པ་ན། བྱིང་ཚོད་བྱུང་བའི་ཆོ། རི་ལྟར་སྒྲོང་ཞེན་བཟུགས་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོན་  
 མཐོང་བ་ཡིད་ཡུལ་དུ་འོང་བ་དུན་ཅོ། །སེམས་ཚོད་པ་ནི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆར་  
 རྟོགས་པས་མི་རྟག་པ་དང་མི་སྐྱུག་པ་སྒྲོམ་པ་སོགས་ཡིད་འབྱུང་བའི་མཚན་མ་ཡིད་ལ་  
 བྱས་པས་སྒྲོང་བས། ཡུལ་གཞན་ལ་སེམས་འབྲོས་ཏེ། ནམ་པར་གཡེང་བ་ནི།  
 ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་དུན་པ་དང་། སེམས་ནམ་པར་གཡེང་བའི་སྒྲོན་དུན་པས་  
 སྒྲོང་ངོ། །གལ་ཏེ་སྒྲོམ་པའི་ཆོ། དུན་པ་ཤུགས་རྒྱུང་བས་དམིགས་པ་མི་གསལ་  
 བར་སེམས་སོག་སོག་པོར་གྱུར་པ་ནི་བྱིང་བ་ཡིན་པས། དམིགས་པ་གསལ་བའི་  
 དུན་པ་ཤུགས་བཅོན་བསྐྱེད་དེ། སེམས་དཔངས་བསྐྱེད་དེ། ངར་དང་ལྟན་པར་  
 བྱས་པས་སྒྲོང་ལ། དམིགས་པ་མི་གསལ་བ་ཅམ་ཡང་མི་བརྟེན་དེ། སེམས་སོག་  
 མོག་པོར་གྱུར་པ་ནི་ཤུགས་པ་ཡིན་ལ་དེ་ནི་མར་མེ་དང་། འོར་བུ་སོགས་སྒྲུང་བ་  
 ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་པའི་སྐྱ་བཟུགས་སོགས་  
 དགའ་བའི་དངོས་པོ་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་སྒྲོང་ངོ། །བཞན་ཡང་བྱིང་ཚོད་ཀྱི་སེམས་



དེ་དག་གི་ངོ་བོ་ལ། སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱུང་ན་ཡང་སྟོང་བར་འགྱུར་  
 རོ། །གོང་དུ་བཤད་པའི་ཚུལ་དེ་ལྟར། རྣལ་འབྱོར་པས་བསྒྲུབ་པའི་ཆོ། དུན་  
 ཤེས་བཞིན་བསྟེན་ཚུལ་དེ་ནི། རྟོ་རྟེ་ཐེག་པའི་རིམ་གཉིས་སྒྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་  
 ཏིང་ངེ་འཛིན་སྒྲུབ་པ་ཀུན་ལ་གཅིས་སོ། །ཐུན་གྱི་ཆད་ནི། ལས་དང་པོ་བས། ཐུན་  
 ཆེས་ན་བསྒྲུབ་ཀྱིས་ཟིན་ལུ་པར་འགྱུར་ཏེ། ཐུན་ཆུང་ལ་གྲངས་མང་བ་བསྒྲུབ་  
 ཞིང་། གང་གི་ཆོ་དམིགས་པ་ལ་འཛིན་པའི་དུན་པ་དང་། བྱིང་གོང་རྟོགས་པའི་  
 ཤེས་བཞིན་སྟོབས་ལྡན་དུ་འགྱུར་རོ། །མདོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་  
 རས་སེམས་དམིགས་པ་ལ་ངང་གིས་འཇུག་པ་དེའི་ཆོ། མེ་ལྷེ་ཐུན་གཅིག་གམ། ཐུན་  
 བྱེད་ལ་སོགས་པ་ཐུན་གྱི་ཆད་ངེས་པ་ཅན་དུ་བསྒྲུབ་པར་བྱས་ལ། གང་གི་ཆོ། བྱིང་  
 གོང་རྒྱུང་སྤངས་ཏེ། སེམས་དམིགས་པ་ལ་རྩོལ་མེད་དུ་ལྟན་གྱིས་འགྱུར་པར་འཇུག་  
 པ་དེའི་ཆོ། ཐུན་གྱི་ངེས་པ་མེད་པར་རི་ལྟར་འདོད་པ་ལྟར་བསྒྲུབ་པར་བྱའོ། །དེ་  
 བས་ན། ཆོས་མདོན་པ་ལ་སོགས་པ་གཞུང་ཆད་ལྡན་དག་ནས། ཆགས་ཅན་མི་  
 ལྷག་པ་དང་། ཞེ་སྤང་ཅན་བྱམས་པ་དང་། གཏི་ལྷག་ཅན་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བ་  
 འབྱུང་བ་དང་། ང་རྒྱལ་ཅན་ཁམས་ཀྱི་རབ་དུ་དབྱེ་བ་དང་། རྣམ་རྟོག་ཤས་ཆེས་ཆེ་  
 བས། དབུགས་དབྱུང་རྩལ་ལ་དམིགས་ཏེ་བསྒྲུབ་པར་གསུངས་གིང་། རྒྱུད་དེ་  
 དག་ལས་ཀྱང་། ལྷ་སྐྱུ་དང་། ཐེག་ལེ་དང་མཆོན་མ་སོགས་ལ་དམིགས་ཏེ། རིམ་  
 གཉིས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བསྒྲུབ་པར་གསུངས་པས། ཏིང་ངེ་འཛིན་སྒྲུབ་ཡང་། དམིགས་  
 རྟོན་ངེས་པ་ཅན་གཅིག་ལ་སེམས་བཟུང་དགོས་སོ། །གང་དག་དུན་པ་དང་ཡིད་

བྱེད་བཀག་ནས་མུན་པ་ལ་མིག་གཅིར་ལྟས་བྱས་དེ་ལྟར་བསྒྲོམ་བྱས་པ་དང་།  
མཆན་མ་ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པར་ནམ་ཏྲུག་ཐོལ་སྒྲིམ་བྱང་གཅོད་བྱེད་པ་སྒྲོང་  
ཉིད་བསྒྲོམ་པར་འདོད་པ་ནི། རྒྱ་ནག་ཏུ་གང་གི་རིང་ལུགས་མ་ཞོར་བར་འཛིན་པ་  
ཡིན་ནོ། །འདི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མང་སྟེ་རེ་ཞིག་བཞག་གོ།

ལྟ་བུ་དེ་ལྟར་བསྒྲོམས་པས་ཞི་གནས་སྒྲིམ་པའི་ཚད་ནི། རེག་པ་དང་  
མཐོང་བའི་མཆན་མ་གཉིས་དང་ལྟན་པ་ཞིག་དགོས་དེ། དེ་ལ་མཐོང་བའི་མཆན་  
མ་ནི་མི་ཏྲུག་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དག་པའི་དོན་དང་། མི་སྡུག་པ་ལ་སོགས་པ་  
ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་དོན་ཡང་དང་ཡང་དུ་གོམས་པར་བྱས་པས། སྒྲོམ་པ་ཡོངས་  
སྒྲོལ་གས་པ་ན། བསྒྲོམ་བྱའི་དོན་དེ་ཉིད་མདུན་ན་གནས་པ་བཞིན་དུ་མདོན་སུམ་  
དུ་མཐོང་བ་ནི་མཆན་ཉིད་ཡིན་དེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེ་བྱིར་ཡང་དག་ཡང་དག་  
མིན། །གང་དག་གིན་དུ་སྒྲོམ་གྱུར་པ། །བསྒྲོམ་པ་ཡོངས་སྒྲོལ་གས་པ་ན། །དེ་  
གསལ་མི་ཏྲུག་སྒྲོ་འབྲས་ཅན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་བྱིར་སྒྲུར་གྱི་མིག་ཏེན་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲུ་གཟུགས་དེ་ཉིད་མཆན་མ་ལེགས་པར་གཟུང་སྟེ། དྲན་  
ཤེས་བཞིན་གྱིས་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་སྒྲོམ་པ་ཡོངས་སྒྲོལ་གས་པ་ན། དེའི་ཁ་  
དོག་དང་། དབྱིབས་དང་ཚད་ལ་སོགས་པ་ཇི་ལྟར་སྒྲོམ་པ་བཞིན་དུ་མདུན་ན་གནས་  
པ་ལྟར། མདོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་ཞིང་། སྒྲུང་མ་གར་སྒྲིན་ལ་འབྱུང་བ་ལྟར། མེམས་  
དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་ཞུགས་པས། བྱི་རོལ་དུ་རྩ་བོ་ཆེའི་སྒྲུ་གྲག་པ་  
དང་། སྒྲུང་བྱ་འཁུ་རིང་ལ་སོགས་པས་ཐོས་པའི་རེག་པ་མི་ཆོར་བར་གྱུར་པ་དེའི་

ཆེ། མཐོང་བའི་མཆོན་མ་རྫོགས་པ་ཡིན་ཅོ། །སྒྲིམ་རིམ་ལས། རི་སྤྱིད་དུ་དེ་  
 མདུན་ན་བཞུགས་པ་བཞིན་དུ་བསམ་ལ་མཐོང་བར་གྱུར་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་བསམ་  
 གཏན་ཅོ། །ཞེས་དང་གང་གི་ཆེ་དེ་ཉིད་ལ་མཐོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པར། རི་  
 སྤྱིད་འདོད་པའི་བར་དུ་སེམས་འདུག་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་ཞི་གནས་རྫོགས་པ་ཡིན་  
 པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་སོ། །རིག་པའི་མཆོན་མ་ནི། མདུན་དུ་གསལ་  
 བར་སྒྲུབ་བའི་གཟུགས་བརྒྱན་དེ་ལ། ལག་པས་རིག་ཏུ་རུང་བ་ལྷ་བུ་ནི་མ་ཡིན་གྱི།  
 ལུས་སེམས་གིན་ཏུ་སྒྱུར་ས་པའི་སྟོབས་ལས་བྱུང་བའི་རིག་པའི་བདེ་བ་ཉམས་སུ་  
 མྱོང་བ་ལ་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་འདི་ལྟར། ཐོག་མར་ཉིང་རེ་འཛིན་བསྒྲིམ་ལ་མི་དགའ་  
 བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་རང་བཞིན་སེམས་ལས་སུ་མི་རུང་བའི་གཉེན་  
 བོར། སེམས་གིན་ཏུ་སྒྱུར་ས་པ་སྟེ་སྟེ། དེའི་རོ་བོ་ནི། སེམས་དམིགས་པ་ལ་རི་  
 ལྟར་འདོད་པ་ལྟར་བཀོལ་དུ་རུང་བར་བྱེད་པའི་སེམས་འབྱུང་སྟེ། དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 སེམས་ལས་སུ་མི་རུང་བའི་གནས་ངན་ལེན་གཏོང་ཞིང་། དེ་དང་དུས་མཉམ་དུ་  
 ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས། ལུས་ཀྱི་ནང་གི་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་རྒྱུར་རྒྱུ་མས་འགྲིབ་  
 ཅིང་ཕན་པའི་རྒྱུར་རྒྱུ་མས་རྒྱས་ཏེ། ལུས་ཀྱི་ཆ་བམས་ཅད་ལ་ཞུགས་པས། ཡིད་དུ་  
 འོང་བའི་རིག་པས་ལུས་གང་བ་བཞིན་སྒྲུབ་ཞིང་། དེ་ལས་སྟེས་པའི་ལུས་ཀྱི་ཆོར་  
 བ་བདེ་བ་སྟོན་མ་སྟོང་བ་འབྱུང་སྟེ། དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཡིད་དགའ་བར་ཡང་འགྱུར་  
 རོ། །དེའི་ཆེ་རིག་པའི་མཆོན་མ་མཐོང་བ་དང་། ཞི་གནས་ཐོབ་པར་འཛོགས་སྟེ།  
 སྒྲིམ་རིམ་ལས། དེ་ལྟར་ཞི་གནས་གོམས་པར་བྱེད་པ་དེའི་ལུས་དང་། སེམས་



གང་གི་ཆོ་གིན་ཏུ་སྦྱངས་པར་གྱུར་པ་སྟེ། རི་ལྷར་འདོད་པ་བཞིན་དམིགས་པ་ལ་  
 སེམས་དབང་དུ་གྱུར་པ་དེའི་ཆོ། དེས་ཞི་གནས་གྱུབ་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྷ་བུའི་རིག་པ་དེ་ཐོབ་པ་ན། དག་བ་ལ་བཀོལ་དུ་མི་རུང་  
 བའི་ལུས་ཀྱི་གནས་རན་ལེན་སྟོང་ཞིང་། ལུས་ལྷང་བ་ཡང་བ་ལ་སོགས་པ་ལུས་  
 གིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་ཐོབ་བོ། །ལུས་སེམས་ཀྱི་གིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་དེ་དག་གི་མཆོན་ཉིད་ནི།  
 མངོན་པ་ཀུན་ལས་བདུས་པར། གིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་གང་ཞེ་ན། ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་  
 གནས་རན་ལེན་རྒྱན་བཅོད་པའི་ཕྱིར། ལུས་དང་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་ཉིད་དོ། །  
 སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་སེལ་བའི་ལས་ཅན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྷར་གོང་དུ་  
 བཤད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཐོབ་པ་ན་ཞི་གནས་ཐོབ་པ་  
 དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་བཅས་པ་ཞེས་གྱུར་བྱ། མཉམ་པར་བཞག་པའི་སེམས་ཡིད་  
 ལ་བྱེད་པ་རྒྱུར་དུ་ཐོབ་པ་ཞེས་གྱུར་བྱ། དེ་ལྷར་ཡང་ཉན་པ་ལས། དེའི་འོག་ཏུ་  
 རྣལ་འབྱོར་པ་ལས་དང་པོ་བ་ལ་དེ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡིད་ལ་  
 བྱེད་པ་དང་བཅས་པ་ཞེས་བུའི་གྲངས་སུ་འགྲོའོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེས་དང་  
 པོར་གཟུགས་ན་སྟོད་པ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ས་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་རྒྱུར་དུ་  
 ཐོབ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེས་ན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་བཅས་པ་ཞེས་བུའོ། །ཞེས་གསུངས་  
 སོ། །མཉམ་པར་བཞག་པའི་ས་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་རྒྱུར་དུ་ནི། བསམ་གཏན་  
 དང་པོའི་ཉེར་སྟོགས་དང་། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་ཆ་གཉིས་ཡོད་པའི་ཞི་  
 གནས་ཀྱི་ཆ་ཡིན་ལ། དེ་ཐོབ་པ་ཙམ་ན་འཇིག་རྟེན་པའི་ཆགས་བྲལ་དོན་དུ་གཉེར་ན།

འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོ། མཚན་ཉིད་རབ་ཏུ་བྱེད་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་  
 པ་ལ་སོགས་པ་འཛིག་རྟེན་པའི་ལྷག་མཐོང་སྒྲིམ་པའི་སྐལ་བ་ཡོད་ཅིང་། འཛིག་  
 རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལྷག་མཐོང་དོན་དུ་གཉེར་ན། དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་  
 རྣམ་པར་སྟོན་པའི་སྐལ་བ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ནོ། །ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དེ་ཐོབ་པའི་རྟགས་  
 ལུ་ནི། ཉན་པ་ལས། ལས་དང་པོ་པའི་ས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་བཅས་པ་དེའི་རྟགས་ནི་  
 འདི་དག་ཡིན་ཏེ། དེས་གཟུགས་ན་སྟོན་པའི་སེམས་ཆུང་དུ་ཐོབ་པ་དང་། ལུས་  
 ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་དང་། སེམས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་དང་། སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཆུང་དུ་  
 ཐོབ་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པར་སྟོར་བའི་དམིགས་པ་ལ་སྟོར་བའི་སྐལ་བ་  
 ཡོད་ཅིང་རྟུས་པ་དང་། དེའི་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་འཇམ་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཞི་གནས་  
 ཀྱིས་ཉེ་བར་དགྱིས་པ་དང་། ཞེས་དང་། དེ་ནང་དུ་ཡང་དག་འཛོག་ལ་འདུག་སྟེ།  
 སེམས་གཏོད་པར་བྱེད་པ་ན། ལྷུང་བ་ལྷུང་བར་སེམས་དང་ལུས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་  
 པར་འགྱུར་བ་དང་། ལུས་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་དག་གིས་ཤིན་ཏུ་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་  
 བ་དང་། སྒྲིབ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཤས་ཆེར་ཀུན་ཏུ་མི་རྒྱ་བ་དང་། ཞེས་པ་དང་། ལངས་  
 ཏེ་རྒྱ་བ་ན་ཡང་ལུས་དང་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་ཁ་ཅིག་དང་ལྷན་པར་འགྱུར་བ་  
 དང་། དེ་ལྷ་བྱ་དང་ལྷན་པ་དག་ནི། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་བཅས་པའི་རྟགས་ནི་  
 མཚན་མ་ཡོངས་སུ་བྱུང་བ་དག་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །  
 རྒྱན་ལས་ཀྱང་། དེ་ནས་དེའི་ལུས་དང་སེམས་། ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་ཆེ་ཐོབ་ནས། །  
 ཡིད་ལ་བྱེད་དང་བཅས་ཞེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་སོ། །རི་སྐད་བཤད་པའི་རིག་

མཐོང་གི་མཚན་མ་མེད་པར། དམིགས་པ་ལ་རང་གི་རང་གིས་འདུག་པའི་སེམས་  
 ཅེ་གཅིག་པ་ཐོབ་པ་ནི། ཞི་གནས་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འདོད་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་  
 ཡིན་གྱི་ཞི་གནས་མ་ཡིན་ཏེ། དགོངས་འགྲེལ་ལས། བཅོམ་ལྷན་འདས་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་དེ་སྤྱིད་དུ། སེམས་ལ་དམིགས་སེམས་ལ་ནང་དུ་ཡིད་ལ་བགྱིད་པ་ན།  
 ལུས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་དང་། སེམས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་མ་ཐོབ་པ་དེའི་བར་དུ། ཡིད་  
 ལ་བྱེད་པ་དེ་ལ་ཅི་ཞེས་བགྱི། བུམས་པ་ཞི་གནས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཞི་གནས་གྱི་  
 རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་མོས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་ཡིན་པར་བརྗོད་པར་བྱའོ། །  
 ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་སོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་བུའི་ཅེ་གཅིག་པ་དེ་ནིད། ལུས་  
 སེམས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པའི་བདེ་བ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་  
 ཉེར་སྒྲིགས་སུ་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། དང་པོའི་ཉེར་སྒྲིགས་ནི་ཆོར་བ་བཏང་སྒྲིམས་སུ་  
 བཤད་པའི་ཐྱིར་རོ་ཞེ་ན། ཞི་གནས་དང་པོར་ཐོབ་པ་དེའི་ཆོ། ཤིན་སྦྱངས་གྱི་  
 སྒྲིབས་གྱིས། ལུས་སེམས་གྱི་དགའ་བདེ་རགས་པ་སྦྱང་བར་གྱུར་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི།  
 དེའི་འོག་དུ་ཁད་གྱི་ཁད་གྱིས་ཤིན་སྦྱངས་གྱི་བདེ་བ་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པར་གྱུར་ནས་ཆོར་  
 བ་བཏང་སྒྲིམས་སུ་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཡང་ཉན་པ་ལས། དང་པོར་དེ་སྦྱོས་  
 པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆོན། སེམས་དགའ་བ་དང་། སེམས་ཤིན་ཏུ་ཉམས་དགའ་བ་  
 དང་། སེམས་མཚོག་ཏུ་དགའ་བ་དང་ལྷན་པ་ལ། དམིགས་པ་དང་མཛོན་པར་  
 དགའ་བ་དང་བཅས་པར་ཡང་སྦྱང་བར་ཡང་འགྱུར་རོ། །དེའི་འོག་ཏུ་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་  
 པའི་ཤུགས་དང་པོ་སྦྱོས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཁད་གྱི་ཁད་གྱིས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པར་འགྱུར་



ཞིང་། ལུས་ལ་གིན་ཏུ་སྤྱངས་པ་གྲིབ་མ་ལྷ་བུ་དང་ལྷན་པར་འགྱུར་རོ། །སེམས་  
དགའ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་སྤྱོད་བར་འགྱུར་ཞིང་། སེམས་ཞི་གནས་གྱི་ཉི་བར་  
བརྟན་ཅིང་། རབ་ཏུ་ཞི་བའི་རྣམ་པས་དམིགས་པ་ལ་འདུག་པར་འགྱུར་རོ། །ཞི་  
གནས་ལ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་བཤད་ཟིན་དོ། །

གཉིས་པ་ལྷག་མཐོང་ལ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི་སྟེ། ལྷག་མཐོང་སྒྲོམ་  
པའི་དུས། དེའི་རབ་དབྱེ། སྒྲོམ་པའི་ཚུལ། བསྒྲོམས་པས་ལྷག་མཐོང་སྒྲོམ་པའི་  
ཚད་དོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱར་བཤད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་ཞི་གནས་འབའ་ཞིག་  
བསྒྲོམ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ལྷ་བུའི་ཞི་གནས་བསྐྱེད་པ་ནི། ཉོན་མོངས་  
པ་འཛོམས་པའི་འདུ་བྱེད་ལྷག་མཐོང་བསྐྱེད་པའི་བྱིར་ཡིན་པས། དེ་ལ་བརྟེན་  
ནས་ལྷག་མཐོང་པ་བསྐྱེད་ན། ཞི་གནས་ཇི་ཙམ་བསྒྲོམ་གྱང་འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་  
པ་སྤྱོད་མི་རུས་ན། ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་པ་ལྷ་ཅི་སྒྲོམ། དེའི་བྱིར་ཞི་  
གནས་ཐོབ་ནས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་འབྱེད་པའི་ལྷག་  
མཐོང་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ལྷག་མཐོང་གི་རབ་དབྱེ་ནི། སྤྱར་བྱའི་སྒྲོ་ནས་  
བྱེ་ན། ཉོན་མོངས་མདོན་གྱུར་རེ་གིག་སྤྱོད་པ་འཛིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་འགྲོ་བའི་  
ལྷག་མཐོང་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་རྩ་བ་ནས་སྤྱོད་པ་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་  
པའི་ལམ་གྱིས་འགྲོ་བའི་ལྷག་མཐོང་གཉིས་ཡོད་དེ། ཉན་པ་ལས་དེ་ལྷར་ཡིད་ལ་  
བྱེད་པ་ཐོབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་སྤྱོད་པའི་དགའ་བ་ཆུང་དུས་ཞུགས་པ་དེའི་གོང་དུ་  
འགྲོ་བར་བྱ་བ་ནི་བཞན་མེད་དེ། གཉིས་ཁོ་ནར་ཟད་དོ། །གཉིས་གང་ཞེ་ན་འཛིག་

458

ལ་ཕབ་པའི་དོན་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྒྲོམ་པའི་རྣམ་པས་སོ་སོར་རྣམ་པར་འབྱེད་  
 པའོ། །དེ་དག་གྱང་འོག་ནས་འཆད་པའི་ལྷག་མཐོང་སྒྲོམ་པའི་རྟགས་མ་བྱུང་གོང་  
 གི་ཤེས་རབ་རྣམས་ནི་ལྷག་མཐོང་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི།  
 ལྷག་མཐོང་དངོས་མ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ལྷག་མཐོང་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
 སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོར་ལྷ་སྟེ།  
 དགག་བྱ་བདག་གི་རོ་བོ་དང་། དེ་དགག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། དེ་འགོག་  
 བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་དང་། བདག་མེད་ལ་སེམས་འཛིག་པའི་ཚུལ་དང་། ཤེས་བྱེད་  
 ཀྱི་ལུང་དགོད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཡུལ་གང་ཟག་དང་། བདག་དང་། སེམས་ཅན་  
 དང་། སྒྲེས་བུ་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ལ། ཡུལ་ཅན་བདག་ལྟ་དང་། འཛིག་ལྟ་དང་།  
 རམ་འཛིན་དང་། སེམས་ཅན་དུ་འཛིན་པ་རྣམས་རྣམ་གྲངས་སོ། །འཛིག་ལྟ་  
 ནི་གཉིས་ཏེ། ལྷན་སྒྲེས་དང་། ཀྱན་བརྟགས་སོ། །དང་པོ་ནི་རྣམ་འབྲེལ་ལས།  
 བདེ་བར་གྱུར་རམ་སྟུག་བསྐྱེད་པར། །མ་གྱུར་གཅིག་ཅེས་འདོད་པ་ན། །ང་པོ་  
 སྒྲུམ་པའི་སྒྲོ་གང་དེ། །སེམས་ཅན་ལ་ལྷ་ལྷན་ཅིག་སྒྲེས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་གོས་པའི་དབང་གིས་ང་དང་ང་ཡིར་  
 འཛིན་པའི་སྒྲོ་རང་འབྲུགས་སུ་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། ལྷན་སྒྲེས་  
 ཀྱི་ཡུལ་དེ་ནི་ད་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་། ལུང་ལྷར་སྒྲུང་ལ་རྟོན་ནས་སྒྲུང་བོ་དང་།  
 གཅིག་དང་ཐ་དང་། དེ་ནི་དང་གཞན་དུ་མེད་པར་འཛིན་པའོ། །དེ་དག་གི་ཡུལ་





བཀག་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། འདི་ཡུལ་སུན་དབྱར་མེད་པར་ནི། །དེ་སྟོང་བ་ནི་  
 རྣམ་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གསུམ་པ་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་བདག་དགག་པ་དང་།  
 ལྷན་སྦྲེས་ཀྱི་བདག་དགག་པ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི། རང་གི་སྟེ་པ་དག་གི་མདོ་  
 ལས། དགེ་སྟོང་དང་བྲམ་ཟེ་གང་ལ་ལ་དག བདག་གམ་བདག་གིར་ཡང་དག་པར་  
 རྗེས་སུ་ལྷ་བ་དེ་ཉིད་ནི། ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཡུར་པོ་ལྷ་པོ་འདི་དག་ལའོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་དགོངས་པར་རྫོམ་ནས་ཁ་ཅིག་ཡུར་པོ་ལྷ་ཆར་བདག་ཡིན་པར་འདོད་  
 ལ་ཁ་ཅིག་ནི་སེམས་གཅིག་ཡུ་བདག་དུ་འདོད་དོ། །དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ་ཡུར་པོ་  
 རྣམས་ནི་བ་སྟོང་དུ་ཡང་སྟེ་བ་དང་འཛིག་པར་ཚད་མས་གྲུབ་པའི་བྱིར་དང་། བདག་  
 ལྷའི་ཡུལ་ནི། དེ་ལྷར་བདག་ལྷ་ཉིད་ཀྱིས་མི་འཛིག་པའི་བྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་བདག་ལྷ་  
 སྟེ་འཛིག་ཅན་དུ་མི་འཛིན་ཡང་། བདག་སྟེ་འཛིག་ཅན་དུ་གནས་སོ་སྟུམ་ན། དེ་ནི་  
 མི་རིགས་ཏེ། བྱིར་ཀྱི་བདག་ལྷའི་ཡུལ་དེ་ཉིད་བདག་དུ་ཁས་སླངས་པའི་བྱིར་དང་།  
 དེ་ལྷར་ན་བདག་ལྷའི་འཛིན་སྟངས་དང་མཐུན་པར་བདག་དེ་ཡང་ཁས་སླང་དགོས་  
 པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྷར་ཡང་རྩ་ཤེར་ལས། གལ་ཏེ་ཡུར་པོ་བདག་ཡིན་ན། །སྟེ་དང་  
 འཛིག་པ་ཅན་དུ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་བདག་ལྷའི་ཡུལ་ཡིན་ན།  
 ཡུར་པོ་བཞིན་དུ་བདག་གྱུར་མང་པོར་འགྱུར་བ་དང་། བདག་རྗེས་ཡོད་དུ་གྱུར་བ་  
 དང་། བདག་ལྷ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་འགྱུར་ན། དེ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། ལུང་ལས།  
 འཛིག་ཏེན་སྟེ་མེད་གྱུར་གང་ཟག་ཉག་གཅིག་སྟེའོ་ཞེས་དང་། དགེ་སྟོང་དག་ལྷ་  
 པོ་འདི་དག་ནི་མིར་ཅུམ། བད་ཅུམ། བདགས་པ་ཅུམ་སྟེ། འདས་པ་དང་མ་འོངས་

པ་དང་ནམ་མཁའ་དང་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་དང་། གང་ཟག་གོ་ཞེས་དང་འགལ་  
 བའི་ཕྱིར། བདག་ལས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཡིན་ན། དག་བཙུན་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་  
 ལ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། ཡུལ་རྫས་ཡོད་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དཔེར་ན་མིག་གེས་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཕྱིར་འཇུག་པ་ལས། གལ་  
 ཏེ་སྤང་བོ་བདག་ན་དེའི་ཕྱིར། །མང་བས་བདག་དེ་དག་ཀྱང་མང་བོར་འགྱུར། །  
 བདག་ནི་རྫས་སུ་འགྱུར་ཞིང་དེར་ལྟ་བུ། །རྫས་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མི་འགྱུར། །  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །སྤྱི་གསལ་པ་དག་ བདག་ནི་སྤང་བོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་ཕྱིར།  
 རི་སྐད་བཤད་པའི་ཉེས་པ་མེད་སྟུང་ན། དེ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། གང་ཟག་གི་གང་  
 ལས་དོན་གཞན་པ་དེ་ནི་གཅིག་མེད་པར་ཡང་གཞན་དམིགས་པར་འགྱུར་ཏེ། ཀ་  
 བ་མེད་པར་བུམ་པ་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ། །བདག་སྤང་བོ་ལས་དོན་གཞན་ཡིན་ན།  
 སྤང་བོ་མེད་པར་ཡང་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟར་ན། མོ་གཤམ་གྱི་བུ་ལ་ཡང་བདག་དམིགས་  
 པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར། བདག་ནི་སྤང་བོ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གལ་ཏེ་སྤང་བོ་རྣམས་ལས་གཞན། སྤང་བོའི་མཆན་ཉིད་གཞན་ཡོད་དོ། །ཁུར་  
 མེད་པའི་གང་ཟག་ཡོད་དོ། །དེ་རྟག་པའམ་མི་རྟག་པ་ང་མི་སྤྱོད། །ཞེས་གསུངས་  
 པས། གང་ཟག་དེ་ནི་རྟག་མི་རྟག་དང་། དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། ཁོ་བོ་ཅག་ལ། རི་སྐད་བཤད་པའི་ཉེས་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན། རྣམ་འགྲེལ་ལས།  
 གང་གི་རང་བཞིན་འཛིག་མེད་པ། །དེ་ལ་མཁས་རྣམས་རྟག་ཅིས་བརྗོད། །དེས་  
 ན་ངོ་ཆའི་ལྟ་བུ་འདི། །སྤྱོདས་ལ་དེ་ནི་རྟག་པར་སྤྱོདས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།



ཁྱེད་ཀྱིས་གང་ཟག་ནི་ལའོར་འདས་གམས་ཅད་དུ་འཛིག་པ་མེད་པར་རྗེས་སུ་  
 འགོ་བར་ཁས་བླངས་པའི་ཕྱིར། ཏྲག་པ་ཡིན་ལ། དངོས་རྒྱས་ཡོད་ལ། དེ་ཉིད་  
 གཞན་ལས་རྣམ་པ་གཞན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ཉིད་དང་གཞན་གྱི་སྟོགས་ལ་བརྗོད་  
 པའི་ཉེས་པ་སོ་ན་གནས་སོ། །དེའི་ཕྱིར། གང་ཟག་ནི་ཡུང་པོ་ལས་དེ་ཉིད་དང་  
 གཞན་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་མེད་དོ། །དེ་རྒྱད་དུ་ཡང་འཇུག་པ་  
 ལས། རྣམ་གཤམ་དངོས་མེད་རང་ལས་གཞན་ཡིན་ན། །གཟུགས་སོགས་རྣམས་  
 ལས་གཞན་དུ་འགྱུར་འདོད་ཅིང་། །དངོས་ལ་རྣམ་པ་དེ་གཉིས་མཐོང་འགྱུར་བས། །  
 བདག་མེད་དེ་དངོས་ཆོས་དང་བྲལ་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གལ་ཏེ་བདག་  
 དགག་པ་ནི། དེའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་འཛིག་རྟེན་ལྷན་སྐྱེས་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་རྩ་  
 བར་གྱུར་པ་དགག་པའི་ཕྱིར་ཡིན་ན། འཛིག་ལྷ་ཀུན་བརྟགས་ནི། ལས་ཉོན་ཀུན་  
 གྱི་རྩ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་པའི་དུད་འགོ་སོགས་ལ་ཡང་། ལས་དང་ཉོན་མོངས་  
 པ་དྲག་པོ་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་བདག་དགག་པ་དོན་མེད་དོ་  
 ལྷམ་ན། འཛིག་ལྷ་ཀུན་བརྟགས་ལའོར་བའི་རྩ་བ་མ་ཡིན་པར་བདེན་ཡང་། དེའི་  
 ཡུལ་བདག་དགག་པའི་སྒྲོ་ནས། དེ་དགག་དགོས་ཏེ། དེས་ལའོར་བའི་རྩ་བ་བདག་  
 ལྷ་ལྷན་སྐྱེས་མེ་འབར་བ་ལ་གྱིང་བསྐྱོན་བ་བཞིན་དུ། གསོས་འདེབས་གྱིང་སྟོབས་  
 ལྷན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདག་དགག་པ་ལ། རོ་བོ་དོས་གཟུང་བ་དང་།  
 དེ་འགོག་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདག་ནི། འཛིག་རྟེན་ལྷན་སྐྱེས་

ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་ཡུང་པོ་དང་། གཅིག་དང་། བ་དང་།  
 བརྗོད་དུ་མེད་པ་སོགས་གང་ཡང་མ་ཡིན་གྱི། ཡུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་ས་པ་  
 ཅམ་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་གྲིང་རྟེན་ཡན་ལག་ལ་བརྟེན་ནས་གྲིང་རྟེན་  
 འདོགས་དགོས་པ་བཞིན་ལོ། །དེ་སྐད་དུ། འབྲུག་པར། དེ་བྱིར་རར་འཛིན་རྟེན་ནི་  
 དངོས་པོ་མིན། །ཡུང་ལས་གཞན་མིན་ཡུང་པོ་དེ་པོ་བོ་མིན། །ཡུང་པོ་བརྟེན་མིན་  
 དེ་ནི་དེ་ལྟར་མིན། །འདི་ནི་ཡུང་པོ་བརྟེན་ནས་འགྲུབ་པར་འགྲུབ། །གྲིང་རྟེན་རར་  
 གི་ཡན་ལག་ལས་གཞན་མིན། །གཞན་མིན་མ་ཡིན་དེ་ལྟར་ཡང་མིན་ཞིང་། །ཡན་  
 ལག་ལ་མིན་ཡན་ལག་དག་དེར་མིན། །འདུས་ཅམ་མ་ཡིན་དབྱིབས་མིན་ཇི་བཞིན་  
 ལོ། །ཞེས་པ་ལྟར་ལོ། །ཡུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ཇི་ལྟར་བདག་དུ་འཛིན་ཞེས། དཔེར་  
 ན་བྲག་པའི་ཁ་དོག་མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས། འདི་སྐུལ་ལོ་ཞེས་འདོགས་གྱི། མ་  
 མཐོང་བར་སྐུལ་འཛིན་གྱི་སྒོ་མི་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ། རར་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པའི་ཡུང་པོ་མ་བཟུང་བར། རའོ་སྒྲུམ་པའི་འཛིན་ལྷ་ལྷན་སྐྱེས་མི་འབྱུང་གི་  
 སྒོ་གཞན་གྱི་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཡུང་པོ་གཟུང་བ་དག་གི་སྒོ་ནས། ཐོག་མ་མེད་པ་  
 ནས་གོམས་པའི་དབང་གིས། རའོ་སྒྲུམ་པའི་བདག་ལྷ་ལྷན་སྐྱེས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ལ།  
 ཡུང་པོ་ཡང་དེའི་ཡུལ་མ་ཡིན་ལ། ཡུང་པོ་ལས་གཞན་པ་ཡང་དེའི་ཡུལ་དུ་མེད་  
 ཅིང་ཡུང་པོ་མེད་པར་བདག་ལྷ་མི་འབྱུང་བས། དེའི་བྱིར་ཡུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 བདག་དུ་བདག་ས་པ་ཡིན་ལོ། །ཡུང་པོ་དང་དེ་ཉིད་དང་། གཞན་གང་དུ་ཡང་མ་  
 གྲུབ་ན། དེ་ཡོད་པར་ཇི་ལྟར་རྣམ་པར་འཛིན་སྟེ། དངོས་པོ་ལ་རྣམ་པ་གཞན་མེད་

པའི་ཕྱིར་ཞེན། བདག་དེ་རྩལ་གྱི་དངོས་པོར་ཁས་སྤངས་ན་བདེན་ཡང་། དེ་ནི་  
 རིགས་པའི་རྣམ་དབྱེད་མེད་པར་གཏོ་མཁན་གི་དབང་ལས་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པར་འཛིག་  
 ཅིང་། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་དང་། ཀུན་རྫོབ་ཀྱིས་བརྟེན་པར་འཛིག་གོ།  
 དེ་སྐད་དུ་ཡང་། འཇུག་པ་ལས། གང་ལ་བདག་དུ་འཛིན་རྣམ་ངར་འཛིན་དང་། །  
 རབ་དུ་འབྱུང་ཞིང་དེའི་གང་ཡིན་དེར། །ང་ཡིར་འཛིན་སྟོ་འབྱུང་བའི་བདག་དེར་  
 བོ། །མ་བརྟག་གྲགས་པར་གཏོ་མཁན་ལས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །རི་ལྷར་  
 བོ། དེ་ཐ་སྐད་ཀྱི་བདེན་པ་དང་། ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཞེན། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་  
 བདེན་པ་རྣམ་པར་འཛིག་པ་ནི། མངོན་སུམ་དང་། རྩེས་དཔག་དང་། ཉེ་བར་  
 འཇལ་བ་ལ། ལུང་སྟེ། ཐ་སྐད་ཀྱི་ཚད་མ་བཞིས་གྲུབ་པའི་སྟོ་ནས་ཡིན་ལ། ལྷན་  
 གྱེས་ཀྱི་བདག་དེ་ཡང་། དེའི་ཡུལ་ཅན་བདག་ལྷ་ལྷན་གྱེས་ཐ་སྐད་པའི་མངོན་  
 སུམ་ཚད་མས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །རི་ལྷར་བདག་ལྷ་ལྷན་གྱེས་མངོན་སུམ་ཚད་མར་  
 འབྱུང་ཞེན། དེ་ནི་དོན་དུ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་རྣམ་པས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དང་། དེའི་  
 ཡུལ་ལ་ཐ་སྐད་པའི་ཚད་མ་གཞན་གྱིས་གཞོན་པ་མེད་པས་མི་སྟུ་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ཙམ་གྱི་མངོན་སུམ་ཚད་མར་མི་འབྱུང་ན། མིག་གིས་བུམ་  
 པའི་གཟུགས་མཐོང་བ་ན། བུམ་པའོ་སྟམ་པའི་སྟོ་ཡང་མངོན་སུམ་དུ་མི་འབྱུང་ཏེ།  
 སྟམ་དང་མཚན་ཉིད་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་པ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། བཞི་  
 བརྟུ་པར། གཟུགས་མཐོང་ཆེན་བུམ་པ་ནི། །ཐམས་ཅད་ཁོ་ན་མཐོང་མི་འབྱུང་། །  
 བུམ་པ་མངོན་སུམ་ཞེས་བྱ་ཡང་། །དེ་ཉིད་རིག་པ་སུ་ཞིག་སྟེ། །ཞེས་ཐ་སྐད་དུ་བུམ་



གཟུགས་འཛིན་པའི་མིག་ཤེས་དང་དེའི་རྗེས་སུ་བུམ་པའོ་སྟུམ་པའི་སྟོ་གཉིས་ཀ་  
 ཡུལ་བུམ་པ་ལ་མངོན་སུམ་ཡིན་ཅོ། །ཞེས་འཛིག་རྟེན་ན་གྲགས་གྱང་། དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་སེམས་པའི་མཁས་པ་རྣམས། བྱོགས་གཅིག་མཐོང་བས་ཐམས་ཅད་མཐོང་  
 བར་མི་རིགས་པས། དེ་དག་མངོན་སུམ་དུ་མི་འདོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་  
 འགལ་བའི་བྱིར། གཉིས་པ་དེ་འགོག་བྱེད་གྱི་རིགས་པ་ནི། དེ་ལྟར་ལྟར་སྟེས་གྱི་  
 བདག་དེ་ནི། སྤང་པོ་དང་། ཁམས་དང་། སྟེ་མཆེད་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་བདགས་  
 པས། རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་བྱིར་རང་བཞིན་མེད་དོ། །འཁོར་ལོ་སྟོག་གིང་ཟེར་བུ་  
 ལ་སོགས་པ་གིང་རྟེན་ཡན་ལག་ལ་བརྟེན་ནས་གིང་རྟར་འདོགས་པ་བཞིན་ཅོ། །  
 དེ་སྒྲིབ་དུ་ཡང་མདོ་ལས། རྗེ་ལྟར་ཡན་ལག་ཆོགས་རྣམས་ལ། །བརྟེན་ནས་གིང་  
 རྟར་འདོགས་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་སྤང་པོ་རྣམས་བརྟེན་ནས། །ཀྱན་རྫོབ་སེམས་  
 ཅན་ཞེས་བརྗོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་གིང་། འདུག་པ་ལས་གྱང་། དེ་བྱིར་རྟེན་  
 འབྱུང་རིགས་པ་འདི་ཡིས་ནི། །ལྟ་རན་དྲ་བ་མཐའ་དག་གཅོད་པར་བྱེད། །ཅེས་  
 གསུངས་པས། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རིགས་པ་འདིས། བདག་ཡོད་མེད་གྱི་མཐར་འཛིན་  
 པའི་བདག་ལྟ་མ་ལུས་པ་འགོག་ནུས་སོ། །

བཞི་པ་བདག་མེད་པ་ལ་སེམས་འཛིག་ཚུལ་ནི། དེ་ལྟར་གོང་དུ་བཤད་  
 པའི་རིགས་པ་རྣམས་གྱིས། བདག་ཀྱན་བརྟགས་རྣམས་ནི་ཐ་སྟོན་དུ་ཡང་མེད་པར་  
 རེས་གིང་། ལྟར་སྟེས་གྱི་བདག་ནི་ཐ་སྟོན་དུ་བརྟགས་པ་ཅུམ་དུ་ཡོད་གྱང་། དོན་  
 ལ་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ནི། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་ཡིན་

ལ། དེ་ཉིད་ནི་གནས་ལ་བརྟེན་ནས། ཡང་དང་ཡང་དུ་གོམས་པར་བྱས་ནས་  
 བསྐྱོམ་བྱ་ལ་གསལ་སྒྲུང་རབ་ཀྱི་མཐར་ཐུག་པར་གྱུར་པ་ནི། བདག་མེད་མདོན་  
 སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ཡིན་པས། འཛིག་ལྷ་ཀུན་བཏགས་དང་། ལྷན་སྐྱེས་རྣམས་རེ་  
 ཤིག་སྦྱོང་བར་རུས་ཀྱི། བདག་ལྷའི་ས་བོན་དུངས་འབྱེན་པ་ནི་མི་རུས་ཏེ། བདག་  
 ལྷའི་འབྲུལ་གཞི་ཐུང་པོ་རང་བཞིན་མེད་པར་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་  
 ཡང་རིན་ཆེན་ཐེང་བར། ཇི་སྤྱད་ཐུང་པོར་འཛིན་ཡོད་པ། །དེ་སྤྱད་དེ་ལ་རར་  
 འཛིན་ཡོད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །མཐར་ཐུག་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི། ཐུང་པོ་རང་  
 བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་སྦྱོང་ཉིད་ཡིན་ལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་  
 པས། དེ་མི་རྟོགས་ན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྐྱབ་པ་ཅི་ཞེ་ན། དངོས་སུ་མཐར་  
 ཐུག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མི་རྟོགས་ཀྱང་། བདག་དེ་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བ་འབྱུང་བ་ཉིད་  
 གྱིས། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པ་ལྟར། ཆོས་སུ་ཐ་སྙད་བཏགས་པའི་  
 རྟོན་འབྲེལ་རྣམས་ཀྱང་། བདག་དང་མཚུངས་པར་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་ཀྱང་རང་བཞིན་  
 མེད་པར་རྟོགས་ནས། མཐར་ཐུག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱང་བདེ་སྐྱབ་དུ་རྟོགས་པར་  
 འགྱུར་རོ། །འཇུག་འབྲེལ་ལས། གང་གི་ཕྱིར་འཛིག་རྟོན་གྱི་ཀུན་རྫོབ་འདི། དེ་  
 ལྷར་རྣམ་པར་དབྱུད་པ་ན་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། མ་བརྟགས་གྲགས་པས་ཡོད་  
 པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། རྣལ་འབྱོར་པས་རིམ་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་འདི་ལ་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ན།  
 ཆོས་སུ་བ་ཁོ་ནར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་གཏིང་དཔོག་པར་འགྱུར་རོ། །ཇི་ལྟར་ཞེ་ན།  
 རྣམ་བདུན་གྱིས་མེད་གང་དེ་ཇི་ལྟ་བུ། །ཡོད་ཅེས་རྣལ་འབྱོར་པས་འདི་ཡོང་མི་

རྟེན། །དེས་དེ་ཉིད་ལ་འད་བདེ་སྒྲག་འདུག་གྱུར་པས། །འདིར་དེའི་གྲུབ་པ་འད་དེ་  
 བཞིན་འདོད་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་འཕགས་པ་ཡབ་སྐུ་ལྟར་ན།  
 གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྒྲུབ་པས། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་དེ་སྒྲག་དུ་རྟོགས་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་ཡིན་གྱི། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པས་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བར་  
 མི་བཞེད་དེ། ཉན་རང་གིས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པས་ཉན་ཐོས་རྣམས་ལ། བདེན་བཞི་མི་རྟག་ལ་སོགས་  
 པ་བཅུ་དྲུག་གི་རྣམ་པར་བསྟན་པ་ནི་བདག་མེད་རྟོགས་ནས། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་  
 ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རིམ་གྱིས་བཞུག་པའི་ཆེད་ཡིན་ཏེ། རིག་པ་དྲུག་ཅུ་པ་ལས། སྒྲེ་བ་  
 ཤེས་པས་འཇིག་པ་ཤེས། །འཇིག་པ་ཤེས་པས་མི་རྟག་ཤེས། །མི་རྟག་ཉིད་ལས་  
 འདུག་པར་ཤེས། །ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་ཡང་རྟོགས་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །  
 རང་རྒྱུད་པ་ལ་སོགས་པའི་རང་གི་སྒྲེ་བ་ཆེན་པོ་གང་དག་ཉན་རང་གིས་ཆོས་ཀྱི་  
 བདག་མེད་མ་རྟོགས་ཀྱང་བདེན་བཞི་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་བཅུ་དྲུག་གི་རྣམ་པ་  
 བསྟོམས་པས་མཐོང་ལམ་སྒྲེས་པ་ན། སྤང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་ཀྱན་  
 བཏགས་ཀྱི་ཡུལ་ཅན། བདག་ཀྱན་བཏགས་ཀྱི་ཅུ་བ་ཅན། སྤང་བྱ་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཀྱན་བཏགས་སྤྲོད་ཞིང་། དེའི་རྒྱན་སྟོམས་པར་བྱས་ལ། ཉོན་མོངས་མ་ལུས་པ་  
 སྤྲོད་བའི་སྤང་འདས་ཐོབ་པར་བཞེད་མོད། རིགས་པར་མ་མཐོང་སྟེ། མདོ་ལས།  
 ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བའི་རྒྱ་ཅན་འཇིག་ཆོགས་སུ་ལྟ་བའི་  
 ཅུ་བ་ཅན། འཇིག་ཆོགས་སུ་ལྟ་བའི་ཀྱན་འབྱུང་བ་ཅན་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་



ལས། ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་འཛིག་ལྷ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་རྩ་བ་ཅན་དུ་གསུངས་གིང་།  
 ལྷ་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་མེད་པར་རྟོགས་པས། ལྷ་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 བདག་པའི་བདག་གི་ཡུལ་ཅན། འཛིག་ལྷ་ལྷན་སྐྱེས་སྤྱོད་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 གཞན་ཡང་ལུང་འདི་ནི། འགའ་ཞིག་གི་རྩིག་ལུག་ན་སྐྱུལ་འབྱེལ་བ་མཐོང་སྟེ་  
 སྐྱུལ་པ་ན། གཞན་གྱིས་འདི་ན་གྲང་པོ་ཆེ་མེད་དོ་ཞེས། གྲང་པོ་ཆེ་བཀག་པས།  
 སྐྱུལ་གྱི་འཛིག་པ་སྤྱོད་བ་ལྟར་སྤྱང་གཉིན་འབྲེལ་བ་མེད་པས་མཁས་པས་བཞད་  
 གང་གྱི་གནས་སུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་ཡང་འཇུག་པ་ལས། བདག་  
 མེད་རྟོགས་ཆེ་བདག་པའི་བདག་སྤྱོད་ཞིང་། །འདི་ནི་རང་འཛིན་རྟེན་དུ་འང་མི་  
 འདོད་པ། །དེ་ཕྱིར་བདག་མེད་རྟོགས་པས་བདག་ལྷ་བ། །དེ་ཕྱིས་ཀྱང་འབྱེན་ཞེས་  
 སྐྱུ་བ་གིན་དུ་འཆར། །རང་བྱིམ་རྩིག་ལུག་སྐྱུལ་གནས་མཐོང་བཞིན་དུ། །འདི་ན་  
 གྲང་ཆེན་མེད་ཅེས་དོགས་བསལ་ནས། །སྐྱུལ་གྱི་འཛིག་པ་འང་སྤྱོད་བར་བྱེད་  
 པ་ནི། །ཀྱེ་མ་གཞན་གྱིས་གནམ་པོར་འབྱུང་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་བས་  
 བ་ཉན་རང་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ལྷ་པོ་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་དགོས་ཏེ། ཉོན་  
 མོངས་པའི་རྩ་བ་འཛིག་ལྷ་ལྷན་སྐྱེས་ཡིན་ཞིང་དེ་ཡི་ཡང་རྩ་བ། ལྷ་པོ་ལ་མདོན་  
 པར་ཞེན་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་།  
 སྤྱོད་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་ལས། རྒྱ་རྒྱུན་ལས་སྟོན་དངོས་པོ་རྣམས། །ཡང་དག་ཉིད་དུ་  
 རྣམ་བཟགས་པ། །དེ་ཉིད་སྟོན་པས་མ་རིག་གསུངས། །དེ་ལས་ཡན་ལག་བཅུ་  
 གཉིས་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ལྷ་པ་གེས་བྱེད་གྱི་ལུང་དགོད་པ་ནི། ཡབ་

སྤྲུལ་འཇལ་བའི་མདོ་ལས། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། སྐྱེས་བུ་གང་ཟག་འདི་ནི་ཁམས་  
 རྒྱལ་པ་སྤྱེ། སའི་ཁམས་དང་། རྒྱའི་ཁམས་དང་། མེའི་ཁམས་དང་། རྒྱུང་གི་  
 ཁམས་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་དང་། རྣམ་མཁའི་ཁམས་སོ། །ཞེས་དང་།  
 དེ་ལ་སའི་ཁམས་ནི། བདག་མ་ཡིན། སེམས་ཅན་མ་ཡིན། སྤྱོད་མ་ཡིན། སྐྱེ་བ་  
 པོ་མ་ཡིན། ཤེད་ལས་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན། བུད་མེད་མ་ཡིན། སྐྱེས་པ་མ་ཡིན། མ་  
 རིང་མ་ཡིན། ང་མ་ཡིན། བདག་གི་མ་ཡིན། གཞན་སྤྱུ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་  
 དུ་རྒྱའི་ཁམས་དང་། མེའི་ཁམས་དང་། རྒྱུང་གི་ཁམས་དང་། རྣམ་མཁའི་ཁམས་  
 དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ཀྱང་བདག་མ་ཡིན། སེམས་ཅན་མ་ཡིན། སྤྱོད་  
 མ་ཡིན། སྐྱེ་བ་པོ་མ་ཡིན། ཤེད་ལས་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན། ཤེད་བུ་མ་ཡིན། བུད་མེད་  
 མ་ཡིན། སྐྱེས་པ་མ་ཡིན། མ་རིང་མ་ཡིན། ང་མ་ཡིན། བདག་གི་མ་ཡིན། གཞན་  
 སྤྱུ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རིན་ཆེན་ཕྱེད་བ་ལས། རི་ལྷར་རྒྱ་ཤིང་  
 ཡན་ལག་དག །མ་ལུས་བཅད་དེ་བཤེག་བྱས་ན། །ཅི་ཡང་མེད་པར་སྐྱེས་བུ་ཡང་།  
 ཁམས་བཅས་བཤེག་ན་དེ་དག་འདྲ། །སྐྱེས་བུ་ས་མིན་རྒྱུ་མ་ཡིན། །མེ་མིན་རྒྱུ་  
 མིན་རྣམ་མཁའ་མིན། །རྣམ་ཤེས་མ་ཡིན་ཀྱན་མིན་ན། །དེ་ལས་གཞན་དོན་སྐྱེས་  
 བུ་གང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་དག་གིས་ཐར་པའི་བགེགས་སྤྱུ་གྱུར་པའི་ཉོན་  
 མོངས་པའི་སྐྱིབ་པའི་གཉེན་པོར་བདག་མེད་ལ་དམིགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ས་  
 བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོགས་སྤྱུ་གྱུར་པ་ཤེས་བུའི་སྐྱིབ་པའི་གཉེན་

བོད། གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་བསྐྱེད་ཚུལ་ལ་གཉིས། ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་  
 མེད་པ་སྤྱིར་སྤྱད་པ་དང་། བྱེ་བྲག་སོ་སོར་སྤྱད་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི་ཆོས་ཞེས་བྱ་བ་ནི།  
 འདི་ཙམ་དུ་བྱེད་དེ། ལུང་པོ་ལྷ་དང་། ཁམས་བཙུ་བ་བརྒྱད་དང་། སྐྱེ་མཆེད་བརྒྱ་  
 གཉིས་རྣམས་སོ། །འདི་དག་ལ་རང་གཞན་གྱི་སྤྱེ་པ་དག་གིས། རང་གི་མཆོན་  
 ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་། རོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པ་  
 དང་། གཞན་ལ་ལྷོས་མེད་གྱིས་རྫས་གྲུབ་དུ་འཛིན་པ་ནི། ཆོས་སུ་མཛོན་པར་  
 ཞེན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་འཁོར་བའི་རྩ་བ་ཉོན་མོངས་ཙན་གྱི་མ་རིག་པ་ཡིན་ལ།  
 དེ་ཡང་ཞེན་ཡུལ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་བཀག་པའི་སྒོ་ནས་  
 དགག་དགོས་སོ། །དགག་བྱ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་  
 རིགས་པས་དགག་པ་ན། ལྷང་གྲགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པ་དང་། ལྷོང་  
 པ་ཉིད་དུ་བདེ་སྒྲག་དུ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ལ། དེ་འགོག་བྱེད་གྱི་རིགས་པ་སྤྱོད་  
 དཔོན་གྱིས་དབུ་མ་ལས་མཐའ་ཡས་པ་གསུངས་ཀྱང་། མདོར་བསྟུས་ན། བདག་  
 ལས་མ་ཡིན་གཞན་ལས་མིན། །གཉིས་ལས་མ་ཡིན་རྒྱ་མེད་མིན། །དངོས་པོ་  
 གང་དག་གང་ན་ཡང་། །སྐྱེ་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ཙམ་  
 དུ་འདུས་ལ། འདིར་རིགས་པ་བཞི་པོ་དེ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་ལུང་ཁམས་སྐྱེ་  
 མཆེད་ཀྱི་ཆོས་དེ་རྣམས་ལས། རང་གི་མཆོན་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་སྐྱེ་  
 བ་ཡོད་ན། བདག་གམ་གཞན་ནམ། གཉིས་ཀའམ། རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེས་ཞེས་  
 བརྟགས་ཏེ། རྫས་གྲུབ་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ལ་མཐའ་བཞི་པོ་དེ་ལས་མི་བྱིད་པའི་བྱིར་རོ། །



འདིར་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྒྲེ་བ་ཐ་སྙད་པ་ཙམ་ནི་མི་འགོག་སྟེ། དེ་བཞག་ན། རྟེན་འབྲེལ་དབུ་མའི་ལམ་ལ་བསྐྱར་པ་བཏབ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་རྣམས་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་བདག་ལས་མི་སྒྲེ་སྟེ། རང་ཉིད་ལ་བྱེད་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་རལ་གྱིའི་སྟོས་རང་མི་གཙོད་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་བདག་ཉིད་ལས་སྒྲེ་ན། སྒྲེ་བའི་རྒྱ་རམ་ཡང་མ་ཆང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། འཁོར་བ་ཇི་སྟོན་དུ་བདག་ཉིད་འབའ་ཞིག་སྒྲེ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ས་བོན་ལས་སྐྱུ་གུ་དང་། དེ་ལས་སྐྱབ་འཆོས་པ་དང་ལོ་མ་འབྱུང་བ་ལ་སྟོགས་པ་རྒྱ་སྐྱ་མ་ལས་འབྲས་བུ་ཕྱི་མ་འབྱུང་བའི་གོ་སྐབས་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་སྐྱ་མ་མ་འགག་པར་འབྲས་བུ་ཕྱི་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱ་སྐྱ་མ་རམ་ཡང་མི་འགག་པར་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་དངོས་པོ་གཞན་ལས་སྒྲེ་བ་མེད་དེ། གཞན་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ད་ལྟར་གྱི་དངོས་པོ་ཀ་བ་དང་། ལུམ་པ་ལྟ་བུ་སོ་སོར་གྲུབ་པ་ལ་བྱ་བ་ཡིན་ན། འབྲས་བུ་རྣམས་རང་ལ་ལྟོས་མེད་དུ་སོ་སོར་གྲུབ་པའི་རྒྱ་མཐོན་པར་འདོད་པ་ལས་སྒྲེ་བ་ལྟར། རྒྱ་མ་ཡིན་པ་གཞན་དག་ལ་ཀྱང་སྒྲེ་བར་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་དང་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་རང་ལ་ལྟོས་མེད་ཀྱི་གཞན་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་དེ་ལྟར་ན་མེ་ཕྱེ་ལས་ཀྱང་ཐུན་པ་ཐུག་པོ་སྒྲེ་བས་ཏ་ཅང་ཐལ་བའི་ཕྱིར། དེ་ནི་མི་རིགས་སོ། །གཉིས་ཀ་ལས་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲེ་བ་ཡང་མེད་དེ། རེ་རེ་ལས་ཀྱང་སྒྲེ་བ་བཞག་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་དང་གཞན་མ་ཡིན་པ་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་མེད་པ་ལས་ཀྱང་སྒྲེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་

དུས་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་སྐྱེ་བའམ། ཡང་ན་ནམ་ཡང་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 ཡུལ་དུས་རེས་འགའ་བར་འབྱུང་བའི་རྒྱ་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་  
 ལྟར་ན་བྱི་ནང་གི་ཆོས་རྣམས་རང་གཞན་གྱི་སྟེ་པ་དག་གིས་རི་ལྟར་བརྟགས་པ་  
 ལྟར། རང་གི་མཆོན་ཉིད་དམ། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་བདེན་པ་གཉིས་ཀར་དུའང་  
 རིགས་པས་འཇགས་པ་ན། ཆོས་སུ་མཛོན་པར་ཞེན་པ་སྟོག་ཅིང་། རང་བཞིན་མེད་  
 བར་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་བདེ་སྒྲག་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །འདིར་བལ་རང་གི་སྟོབ་  
 དཔོན་སོ་སོའི་བཞེད་པ་དང་། དེ་དག་འབྲང་མི་འབྲང་གི་དགག་སྒྲུབ་རྒྱས་པར་མི་  
 སྟོ་སྟེ། ལས་དང་པོ་པ་རྣམས་འབྱོར་ཅམས་སུ་ལེན་པ་ལ་ཉེ་མཐོ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་སོ་སོར་སྒྲུབ་པ་ལ་བཞི་སྟེ། ཡུལ་སྒྲུབ་སེམས་སུ་སྒྲུབ་  
 པ་དང་། སེམས་སྒྲུབ་སྒྲུ་མར་སྒྲུབ་པ་དང་། སྒྲུ་མ་བརྗོད་བྲལ་དུ་བསྟན་པ་དང་།  
 ཤེས་བྱེད་གྱི་ལུང་འགོད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ལུང་པོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་གྱིས་  
 བསྐྱུས་པའི་ཆོས་དེ་དག་ཀྱང་གཟུགས་ཅན་དང་། གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་གཉིས་  
 སུ་རེས་ཤིང་། གཟུགས་ཅན་རྣམས་ནི། གཟུགས་ལ་སོགས་ཡུལ་ལྟ་དང་། མིག་  
 ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་དག་ཀྱང་རྟུལ་སྒྲ་རབ་སོ་སོར་རྣམ་  
 བར་བྱེ་ན། རགས་པ་གཅིག་དུ་འཛིན་པའི་སྟོ་འདོར་ཞིང་། རྟུལ་སྒྲ་རབ་རྣམས་  
 ཀྱང་། སྟོགས་གྱི་ཆ་ཤས་གྱིས་རྣམ་བར་བྱེ་ན། རང་བཞིན་འདྲོའོ་ཞེས་རེས་པར་  
 བཟུང་དུ་མེད་དོ། །དེའི་བྱིར་བཟུགས་ཅན་རྣམས་རགས་པ་གཅིག་དང་། རྟུལ་  
 སྒྲན་དུ་མའི་རོ་བོར་མ་གྱུབ་པའི་བྱིར་དང་། གཟུགས་ཅན་ལ་རྣམ་པ་གཞན་དུ་

གྲུབ་པའི་མཐའ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྒྲུ་མ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
ལྟར་ན། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་གྱིས་པ་ལས་ཕྱི་རོལ་དུ་ཆད་པ་ལྟར་སྒྲུང་  
ཞིང་། གྲགས་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིན། དཔེར་ན་སད་པའི་གནས་སྐབས་སུ། ཕྱི་རོལ་དུ་  
མངོན་པར་ཞེན་པའི་དབང་གིས། ཁྱི་ལམ་དུ་རི་ཁང་ཁྱིམ་ལ་སོགས་པ་མེད་བཞིན་  
དུ་སྒྲུང་བ་ལྟར། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་གཟུགས་ལ་སོགས་པར་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་  
པར་མངོན་པར་ཞེན་པའི་དབང་གིས། བྱིས་པ་རྣམས་ལ། སེམས་ཉིད་གཟུགས་  
ལ་སོགས་པ་ཕྱི་རོལ་དུ་ཆད་པ་ལྟར་སྒྲུང་ཞིང་། ཡང་དག་པར་ན་སེམས་ཀྱི་སྒྲུང་  
པ་ལས་གཞན་པའི་གཟུགས་སོགས་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །ཞེས་ཡང་དང་ཡང་དུ་དབྱེད་  
པར་བྱའོ། །དེ་སྐད་དུ་ཡང་། ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས། དོན་ཡོད་མ་ཡིན་  
སེམས་ཉིད་དེ། ཕྱི་རོལ་དོན་མཐོང་ལོག་པ་ཡིན། བག་ཆགས་ཀྱིས་ནི་བཀྲལས་  
པའི་སེམས། །དོན་དུ་སྒྲུང་བ་རབ་དུ་བྱུང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་ཐེག་  
བསྟུན་སུ། དཔྱུལ་བ་ཡི་དྲགས་དུང་འགྲོ་དང་། །ལྟ་རྣམས་ཇི་ལྟར་རིགས་རིགས་  
སུ། །དངོས་གཅིག་ཡིད་ནི་ཐ་དད་ཕྱིར། །དོན་མ་གྲུབ་པར་འདོད་པ་ཡིན། །  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལུ་ལྟ་བུའི་དངོས་པོ་གཅིག་ཀྱང་། འགྲོ་བ་རིགས་ལྟ་ལ།  
ལྟགས་བཤེག་དང་། རྟག་ཁྱག་དང་། གནས་དང་། ལྷན་དང་། བདུང་བྱ་དང་།  
བདུད་རྩི་ལ་སོགས་པ་སྒྲུང་ལྟུང་ཐ་དད་དུ་སྒྲུང་བའི་རིགས་པས་ཀྱང་། སྒྲུང་གྲགས་  
ཀྱི་ཚོས་རྣམས་སེམས་ལས་གྲུད་ན་མེད་པར་གྱིས་ཡང་དང་ཡང་དུ་དབྱེད་  
པར་བྱའོ། །དེ་དག་ནི་གཟུང་ཏོག་གི་གཞིན་པོར་ཡུལ་སྒྲུང་སེམས་སུ་སྒྲུབ་པ་གཟུང་



མེད་ལ་དམིགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ས་ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། སེམས་ལས་  
གཞན་པའི་ཕྱིར་རོལ་མེད་མོད། ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བ་དེ་ཉིད་སེམས་སུ་བདེན་ནས་ཞེན།  
ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བའི་སེམས་དེ་ཉིད་རང་གི་མཆོན་ཉིད་དང་། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་  
པར་མི་རུང་སྟེ་རྩུན་པའི་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དང་གཞན་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཇི་ལྟར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་གཅིག་དང་དུ་མའི་རོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་  
པ་དེ་བཞིན་དུ། སེམས་ཀྱང་དེ་ལས་གྲུང་ན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཅིག་དང་དུ་  
མའི་རོ་བོ་ཉིད་དང་བྲལ་བས། སྒྱུ་མ་དང་མིག་སྒྱུ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ། སེམས་  
ཀྱང་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་འོ་ན་འོ། །ཞེས་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡང་དང་ཡང་དུ་དབྱུང་བར་  
བྱ་སྟེ། དེ་དག་ནི་འཛིན་རྟོག་གི་གཉེན་པོ་སེམས་སྒྲུང་སྒྱུ་མར་སྒྲུབ་པ་འཛིན་མེད་  
ལ་དམིགས་པ་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ས་ཞེས་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ནི། དེ་ལྟར་གཟུང་འཛིན་བདེན་པ་བ་མེད་དུ་ཚུགས་ཀྱང་། ཤེས་  
བྱ་ནང་གིར་སྒྲུབ་ལྟར། གཉིས་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཤེལ་གོང་ལྷ་བྱ་བདེན་པར་ཡོད་དོ་  
སྟུང་ན། སྒྱུ་མ་ལྷ་བྱའི་སེམས་དེ་ཉིད་ལས། ཡང་དག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སོ་སོར་  
བརྟག་པ་ན། སེམས་དེ་ནི་ནང་ན་ཡང་མི་དམིགས། ཕྱི་རོལ་ན་ཡང་མི་དམིགས།  
གཉིས་ཀ་མེད་པར་ཡང་མི་དམིགས། འདས་པའི་སེམས་ཀྱང་མི་དམིགས། མ་འོངས་  
པའི་སེམས་ཀྱང་མི་དམིགས། ད་ལྟར་བྱུང་བའི་སེམས་ཀྱང་མི་དམིགས། སེམས་  
དེ་སྟེ་བ་ན་ཡང་གང་ནས་ཀྱང་མི་འོང་། འགག་པ་ན་ཡང་གང་དུ་ཡང་མི་འགོ་སྟེ།  
སྒྱུ་མ་ལྷ་བྱའི་སེམས་དེའི་རང་བཞིན་ནི། རྣམ་མཁའ་ལྟར་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཕྱོགས་



དམིགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ས་བསྟན་ཏེ། དེས་ནི་གཟུང་བ་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་  
གསལ་སྒྲུང་འབྲིང་དུ་བློབ་པའི་ཕྱི་མོའི་ཡེ་ཤེས་ཏེ། སྒྲུང་བ་འཆེད་པའི་ཏིང་ངེ་  
འཛིན་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ནས་རྒྱང་བ་བཞིས་སྒྲུང་བ་དམིགས་པ་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ས་  
བསྟན་ཏེ། དེ་ལ་ཡང་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་གཟུང་བ་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་གསལ་  
སྒྲུང་ཆེར་བློབ་པས། གཟུང་བ་མེད་པས་འཛིན་པ་ཡང་མེད་པར་ངེས་པ་ནི། བཟོད་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ཏེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་ཞུགས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ནོ། །  
གཉིས་པ་ནི། གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་ལ་དམིགས་པ་སྒྲུང་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་མོས་  
སྒྲོད་ཀྱི་སས་བསྟུས་པ་ཆོས་མཆོག་གི་ཡེ་ཤེས་ཏེ། དེའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ། འཛིག་རྟེན་  
ལས་འདས་པའི་སྒྲུང་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་བས། དེ་མ་ཐག་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཅས་  
བྱའོ། །དེ་ནས་རྒྱང་བ་བཞིས་སྒྲུང་མེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་བྱད་ཆོས་བསྟན་ཏེ། སྒྲུང་  
མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་བསྐྱོས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ན། སངས་རྒྱལ་གྱི་སའི་བར་དུ་  
ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་འདུག་ཅིང་། ཡོད་མེད་ཀྱི་སྒྲོས་པའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ཉི་  
བར་ཞི་བའོ། །རི་ལྟར་ན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་འདུག་ཅི་ན། སྒྲོན་ལམ་དང་སྒྲིན་པ་  
ལ་སོགས་པ་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཡོངས་སུ་སྦྱངས་པས། བར་སྐབས་སུ་ཐེག་པ་  
གཞན་དུ་མི་སྒྲིག་པར། བཟོད་བྱ་མཐར་བུག་པར་འདུག་པའི་བྱིར་རོ། །ཅིའི་བྱིར་  
སྒྲོས་པ་ཉི་བར་ཞི་ཞེ་ན། གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ནི། སྒྲོས་པ་ཤིན་ཏུ་  
ཐུབ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་བདག་མེད་ཅིང་སྒྲུང་བ་མེད་  
པར་མཐོང་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན། སྒྲུང་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ནི་ཅི་ཡང་མཐོང་བ་



མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བའི་ཕྱིར། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མཐོང་བ་ཞེས་  
 བཤེས། །གཞན་ཡང་། ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས། བསམ་གཏན་བཞི་བསྟན་ཏེ།  
 བྱིས་པ་ཉེར་སྦྱོང་དང་། རོན་རབ་འབྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་པ་  
 དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བསམ་གཏན་ནོ། །དང་པོ་ནི། བྱི་ནང་བམས་ཅད་  
 གྱིས་བསྒྲུལ་པར་བྱ་བ་ཞིག་ནས་སེམས་རྩེ་གཅིག་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། བདག་  
 མེད་པ་གཉིས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་བསམ་གཏན་གོང་དུ་  
 བསྟན་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས་བཞི་པོ་རྣམས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་པའི་སྤང་མེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་རྣམས་སོ། །བཞི་པ་ནི། ས་བརྒྱད་པ་ཡན་ཆད་  
 བྱིར་མི་ལྟོག་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སས་བསྟུས་པའི་རྣལ་འབྱོར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་  
 ཡང་། ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས། བྱིས་པ་ཉེར་སྦྱོང་བསམ་གཏན་དང་། རོན་  
 རབ་འབྱེད་པའི་བསམ་གཏན་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་བསམ་གཏན་  
 དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བསམ་གཏན་དང་། རྣལ་འབྱོར་ཅན་གྱིས་བསྒྲུལ་  
 བྱས་ན། ཉི་མ་ཟླ་བའི་དབྱིབས་འདྲ་དང་། འོད་དང་པད་མོ་འདྲ་བ་དང་། ཁི་མོ་  
 ནམ་མཁའ་མེ་འདྲ་འབྲོང་། མཚན་མ་སྣ་ཆོགས་དེ་དག་ནི། ལྷ་སྟེགས་ཅན་ལས་  
 འབྱེད་པར་བྱེད། ཉན་ཐོས་རྣམས་དང་རང་རྒྱལ་གྱི། སྦྱོང་ཡུལ་དུ་ཡང་ལྷུང་བར་  
 བྱེད། མཚན་མ་དེ་དག་རྣམ་སྤངས་ནས། སྤང་བ་མེད་པར་རྣམས་གྱུར་པ། དེ་  
 ཆེ་སངས་རྒྱས་ལྟའི་ཕྱག་ །བམས་ཅད་ཞིང་ནས་འོངས་པ་ཡིས། དེའི་མགོ་ལ་  
 བྱག་པར་འགྱུར། ཡང་དག་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་ལྷས། ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་

ཉི་མ་རྒྱ་བའི་དབྱིབས་འདྲ་དང་། །ཞེས་སོགས་གྱིས། བསམ་གཏན་པ་རྣམས་གྱི་  
 གོ་ལ་ས་ལོག་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་ཡིད་བརྟན་དུ་མི་རུང་བར་བསྟན་ཏོ། །མཆོན་  
 མ་དེ་དག་རྣམས་སྤངས་ཏེ། །སྤང་བ་མེད་པར་ནམ་གྱུར་པ། །ཞེས་སོགས་གྱི་བསམ་  
 གཏན་པ་རྣམས་གྱིས་སྤང་བུ་ཡང་དག་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་མཆོན་ཉིད་པན་ཡོན་  
 དང་བཅས་པ་བསྟན་ཏོ། །བཞི་པ་ལྷག་འཕྲོང་སྒྲེས་པའི་ཆད་ནི། ཇི་སྤྲིད་དུ། སོ་  
 སོར་ཉོག་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་དབྱུང་ཏེ་བསྒྲེལ་པ་ན། དེའི་སྟོབས་གྱིས་ཤིན་སྤྲངས་  
 གྱི་བདེ་བ་མ་སྒྲེས་པ་དེ་སྤྲིད་དུ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་  
 རྣམས་བསྒྲེལ་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ཡང་། ལྷག་འཕྲོང་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཞེས་  
 བུའི། ལྷག་མཐོང་དངོས་ནི་མ་ཡིན་མོ། །གང་གི་ཆེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དབྱེད་པའི་  
 ཤེས་རབ་གྱིས་ཤིན་སྤྲངས་གྱི་བདེ་བ་འདྲེན་ནུས་པ་དེའི་ཆེ་ལྷག་འཕྲོང་དངོས་  
 ཡིན་མོ། །དེ་ལྟར་ཡང་དགོངས་འགྲེལ་ལས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཇི་སྤྲིད་དུ་ལུས་  
 དང་སེམས་སྤྲངས་པ་མ་ཐོབ་གྱི་བར་དུ་ཇི་ལྟར་མེད་པར་བསམ་པའི་ཆོས་དེ་དག་  
 ལ་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་སྟོད་ཡུལ། གཟུགས་བརྟན་ནང་དུ་ཡིད་ལ་བགྱིད་པ་དེ་ལ་ཅི་  
 ཞེས་བགྱི། བུམས་པ་ལྷག་འཕྲོང་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷག་འཕྲོང་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་  
 པའི་མོས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་ཡིན་པར་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཞེས་དང་།  
 ཤེར་བྱིན་མན་ངག་ལས་གྱུར། དེས་ལུས་དང་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྤྲངས་པ་དེ་ཉིད་ལ་  
 གནས་ཏེ། ཇི་ལྟར་བསམས་པ་དེ་ཉིད་གྱི་དོན་ནང་གི་ཉིང་རེ་འཛིན་གཟུགས་བརྟན་  
 གྱི་སྟོད་ཡུལ་ལ་ལྷག་པར་མོས་པས་སོ་སོར་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ། ཇི་སྤྲིད་དུ། ལུས་

དང་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་མ་སྐྱེས་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་ནི་ལྷག་མཐོང་དང་རྗེས་སུ་  
 མཐུན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། གང་གི་ཆོ་སྐྱེས་པ་དེའི་ཆོ་ལྷག་མཐོང་ཡིན་ནོ། །  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་། ཞི་གནས་སྐྱབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པས་རི་སྤྱིད་  
 ལྷག་མཐོང་མཆོན་ཉིད་པ་མ་སྐྱེས་པར་དུ་བྱང་འབྲེལ་དུ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།  
 ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་རེས་འཛིག་ཏུ་བསྒྲུལ་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར། ཤེས་རབ་  
 གྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡང་དང་ཡང་དུ་དབྱེད་པའི་ལྷག་མཐོང་གས་ཆེ་བའི་ཆོ། མར་  
 མེ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད་པ་ལྟར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གསལ་བར་མི་འགྱུར་བས། དེའི་ཆོ་ཞི་  
 གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཅུ་གཅིག་ཏུ་བཞག་ཏེ་ཞི་གནས་བསྒྲུལ་པར་བྱའོ། །  
 ཞི་གནས་བསྒྲུལ་པས་ཞི་གནས་གས་ཆེ་བར་གྱུར་པ་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྣམ་  
 པར་དབྱོད་པའི་ཤེས་རབ་བསྒྲུལ་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་གྲུས་པ་དང་རྟག་པར་སྦྱོར་  
 བ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱན་དུ་སྦྱངས་པ་ན། ཞི་ལྷག་གཉིས་མཉམ་པར་འཇུག་པའི་བྱང་  
 འབྲེལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་ཞི་ལྷག་གཉིས་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་ཚུལ་ནི། ལྷག་མཐོང་མཆོན་  
 ཉིད་པ་ཐོབ་པ་ན། བྱང་འབྲེལ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བས། དེའི་ཚུལ་ནི། ཞི་གནས་  
 དང་ལྷག་མཐོང་གཉིས་པན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་བཅེངས་པས་ཡ་བྲལ་དུ་མི་  
 འགྱུར་བ་སྟེ། འདི་ལྟར་ཞི་གནས་ཀྱིས་བཅེངས་པའི་ལྷག་མཐོང་ནི། རི་ལྟར་ཞི་  
 གནས་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་ངང་གིས་འཇུག་པ་བཞིན་དུ། ལྷག་མཐོང་ཡང་དེ་ཁོ་  
 ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་རང་གི་ངང་གིས་འཇུག་ཅིང་གཞན་དུ་གཡེང་བར་མི་འགྱུར་ལ།



ལྷག་མཐོང་གིས་བཅིངས་པའི་ཞིག་ནས་ཀྱང་། ལྷག་མཐོང་ལྟར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གསལ་  
 བའི་བྱ་བ་བྱེད་ཅིང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་སྒྲིངས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་  
 ཡང་ཉན་པ་ལས། དེ་ཅི་ཙམ་གྱིས་ན་ཞིག་ནས་དང་ལྷག་མཐོང་འདྲེས་པར་འགྱུར་  
 ཞིང་། མཉམ་པར་བྱང་དུ་འཇུག་པ་དང་། གང་གིས་ན་བྱང་དུ་འབྲེལ་བར་འཇུག་  
 བའི་ལམ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། སྤྲུལ་པ་སེམས་གནས་པ་རྣམ་པ་དགུ་པོ་དག་ལས་འདི་  
 ལྷ་སྟེ། མཉམ་པར་བཞག་པའི་རྣམ་པ་དགུ་པ་གང་ཡིན་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིང་།  
 ཉིང་དེ་འཛིན་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་ཆོས་རྣམ་  
 བར་འབྱེད་པ་ལ་རབ་དུ་བརྩོན་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་ཆོན་ཆོས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་  
 དེ་ལ་ལམ་རང་གི་རང་གིས་འཇུག་པ་དང་། ཚུལ་བ་མེད་པར་འཇུག་པར་འགྱུར་  
 ཞིང་། ཞིག་ནས་ཀྱི་ལམ་ཇི་ལྟར་བ་བཞིན་དུ། མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པས།  
 ལྷག་མཐོང་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་། ཡོངས་སུ་བྱང་བ་དང་། ཞིག་ནས་ཀྱི་རྗེས་སུ་  
 སོང་བ་དང་། ཉམས་བདེ་བས་ཡོངས་སུ་ཐེན་པར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ཞིག་ནས་  
 དང་ལྷག་མཐོང་གཉིས་འདྲེས་པར་འགྱུར་ཞིང་མཉམ་པར་འཇུག་པ་དང་། ཞིག་ནས་  
 དང་ལྷག་མཐོང་གཉིས་འདྲེས་པར་འགྱུར་ཞིང་མཉམ་པར་འཇུག་པའི་ལམ་ཞེས་  
 བྱའོ། །ཞེས་དང་། སྒྲོམ་རིམ་བྱ་མ་ལས་ཀྱང་། ཅི་སྟེ་གང་གི་ཆོ་བྱིང་བ་དང་གོང་པ་  
 ལས་དབེན་པའི་ཕྱིར། མཉམ་པར་ཞུགས་ཤིང་རང་གི་རང་གིས་འཇུག་པས། དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སེམས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་དེའི་ཆོ། ཚུལ་བ་  
 གྲོད་པས་གཏང་སྒྲོམས་སུ་བྱ་བ་སྟེ། དེའི་ཆོ་ཞིག་ནས་དང་ལྷག་མཐོང་བྱང་དུ་འབྲེལ་

བའི་ལམ་གྱུ་བ་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ཚུལ་ནི་དེ་ལྟར་  
 ཡིན་མོད། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གཉིས་ལས་གང་ཞིག་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་  
 གྱིས་གཙོ་བོར་བསྒྲུལ་པར་བྱ་ཞེན། རྣལ་འབྱོར་པའི་རིགས་ནི་གཉིས་ཏེ། དབང་  
 པོ་རྣལ་པོ་ཞི་གནས་ལྷག་པར་སྦྱོད་པ་དང་། དབང་པོ་རྣམས་པོ་ལྷག་མཐོང་ལྷག་  
 པར་སྦྱོད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཆོས་འདི་ལས་ཕྱི་རོལ་ཏུ་གྱུར་པ་རྣམས་ཏེ། དེ་དག་  
 ནི་ཞི་གནས་གཙོ་བོར་བྱེད་པས་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་ཅིང་། མདོན་  
 ཤེས་དང་ལྡན་ལ། སྤྱིད་ཅེ་བའི་བར་གྱི་སེམས་ཐོབ་ཀྱང་བདག་མེད་པ་གཉིས་ཀྱི་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་ལྷ་མཐོང་དང་བྲལ་བས་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་  
 བར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟར་ཡང་མུ་ངན་བསལ་བ་ལས། དྲང་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ལྷ་མདོན་  
 ཤེས། །མཁའ་ལ་རྒྱུར་རིང་འགྲོ་བ་ཡང་། །གང་ན་སྦྱོད་ཡུལ་འཆི་མེད་པ། །  
 དེར་ནི་འགྲོ་བའི་རྣམ་པ་མེད། །ཅེས་གསུངས་ཤིང་། བསྐྱུགས་འོས་བསྐྱུགས་  
 བསྦྱོད་ལས་ཀྱང་། ཁྱོད་གྱི་བསྐྱུག་ལ་མི་ཕྱོགས་པའི། །སྦྱོལ་བོ་མ་རིག་གིས་སྦྱོངས་  
 པ། །སྤྱིད་ཅེ་བའི་བར་དུ་སོང་ནས་ཀྱང་། །སྐྱུག་བསྐྱུག་ཡང་འབྱུང་སྤྱིད་པ་སྦྱུབ། །  
 ཅེས་གསུངས་སོ། །དབང་པོ་རྣམས་པོ་ལྷག་མཐོང་ལ་སྦྱོད་པ་ནི། ཆོས་འདི་པའི་རྣལ་  
 འབྱོར་པ་རྣམས་ཏེ། དེ་དག་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་མ་ཐོབ་ཀྱང་། བསམ་  
 གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྐྱུགས་ཀྱི་ཞི་གནས་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས། བདག་མེད་པ་  
 གཉིས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་སྦྱོད་པའི་ལྷག་མཐོང་  
 གཙོ་བོར་སྒྲུལ་པའི་སྦྱོབས་ཀྱིས་ཁམས་གསུམ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ཏེ་མུ་

རན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་ཡང་དེ་ཉིད་ལས། ཁྱོད་ཀྱི་  
བསྟན་པའི་རྗེས་འབྲང་བ། །བསམ་གཏན་དངོས་གཞི་མ་ཐོབ་ཀྱང་། །བདུད་ཀྱི་  
མིག་རས་བཙུང་བཞིན་དུ། །སྤྱོད་པ་རྣམས་ནི་བསྒྲེག་པར་བགྱིད། །ཅེས་གསུངས་  
སོ། །དེ་བས་ན་བདག་ལེགས་སུ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཏག་ཏུ་  
དུ་བཞིན་དུ་ལུས་དང་སྒྲིག་ལ་ཡང་མི་ལྟ་བར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེད་པ་དབུ་  
མའི་ལས་བཙུང་བ་རིགས་སོ། །དངོས་གཞི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་བསྒྲེལ་པ་  
བཤད་ཐོན་ཏོ། །

གསུམ་པ་རྗེས་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་མཉམ་གཞག་ལས་ལངས་  
པའི་བྱ་བ་ནི། གོང་དུ་བཤད་པའི་ཞིག་ནས་ཀྱི་མཉམ་པར་བཞག་པ་ལས་ལངས་ཏེ།  
དཀྱིལ་མོ་དགྲུང་མ་བཤིག་པར་འདི་སྟམ་དུ་བསམས་ཏེ། བདག་གིས་སྟོན་ཆད་  
འདི་ལྟ་བུའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཟབ་མོ་མ་ཤེས་ཏེ། སེམས་ཏྲ་དམུ་གོད་ལྟར་བྱི་རོལ་ཏུ་  
གཡེངས་པས། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པས་དགྲུགས་ཏེ་སྟུག་བསྐྱལ་དཔག་ཏུ་མེད་  
པ་སྟོང་བར་འགྱུར་རོ། །བདག་བཞིན་དུ་ལའོར་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་སེམས་  
གཡེངས་པའི་དབང་གིས་སྟུག་བསྐྱལ་ལོ་སྟམ་དུ་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་སྟོན་དུ་བྱ་ཞིང་།  
སེམས་ཅན་རྣམས་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཟབ་མོ་ལ་བཞག་པར་བྱའོ། །ཞེས་སེམས་བསྐྱེད་  
དོ། །གང་གི་བདག་མེད་པ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་སྟེ་ལངས་པ་ན། བདག་གིས་སྟོན་  
ཆད་འདི་ལྟ་བུའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་རྟོགས་པར་བདག་མེད་པ་ལ་བདག་ཏུ་མངོན་  
པར་ཞེན་པས་སྟུག་བསྐྱལ་བར་འགྱུར་ཏེ་སྟམ་དུ་བསམ་ཞིང་། བདག་བཞིན་དུ་



ལའོར་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་བདག་མེད་པ་ལ་བདག་ཏུ་གཟུང་བས་སྟུག་  
 བསྐྱལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྟོང་བར་གྱུར་ཏེ། །ཞེས་ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་སྟོང་རྩི་ཆེན་  
 བོ་མངོན་དུ་བྱ་ཞིང། བདག་གིས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བདག་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་ཟབ་མོ་བསྟན་པར་བྱའོ། །ཞེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ལ་  
 མཉམ་པར་བཞག་ཏེ་ལངས་པ་ན་ཡང་བདག་གིས་ཆོས་ཉིད་ཟབ་མོ་འདི་ལྟ་བུ་སྟོན་  
 མ་ཏོགས་ཏེ། ལྷ་མ་ལྟ་བུའི་ཆོས་རྣམས་ལ་བདེན་པར་མངོན་པར་ཞེན་པས་ལའོར་  
 བའི་སྟུག་བསྐྱལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྟོང་བར་གྱུར་ཅིང། བདག་བཞིན་དུ་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ལྷ་མ་ལྟ་བུའི་ཆོས་རྣམས་ལ་བདེན་པར་མངོན་པར་ཞེན་པས་  
 སྟུག་བསྐྱལ་བར་གྱུར་ཏེ། །ཞེས་དམིགས་མེད་པའི་སྟོང་རྩི་ཆེན་བོ་མངོན་དུ་བྱས་ཏེ།  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 ཟབ་མོ་བསྟན་པར་བྱའོ་སྟུག་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་ལུས་གནས་ལས་ལངས་པའི་བྱ་བ་ནི། དེ་ལྟར་རྩི་སྒྲིལ་བཤད་  
 པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་མངོན་དུ་བྱས་ནས། དལ་བུས་དཀྱིལ་མོ་དཀྱང་བཤིག་ཏེ།  
 ཕྱོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་མངོན་  
 སུམ་ལྟ་བུར་དམིགས་ལ། བྱག་དང་མཆོད་པ་དང་། བསྟོད་པ་ལ་སོགས་པ་བྱས་ཏེ།  
 བཟང་པོ་སྟོད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་ལམ་རྒྱ་ཆེན་པོ་གདབ་པོ། །དེ་ནས་སྟོང་པ་  
 ཉིད་སྟོང་རྩི་སྟོང་པོ་ཅན་གྱི་སྟོན་པ་ལ་སོགས་པ་བསོད་ནམས་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 ཆོགས་མཐའ་དག་སྐྱབ་པ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་བསམ་གཏན་དེ་

རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་དང་ལྷན་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་མངོན་པར་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ།  
 གཙུག་ན་རིན་ཆེན་གྱིས་ཞུས་པ་ལས། དེ་བུམས་པའི་གོ་ཆ་བགོས་ཤིང་སྟོང་རྩེ་  
 ཆེན་པོའི་གནས་ལ་གནས། རྣམ་པར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་དང་ལྷན་པའི་སྟོང་པ་  
 ཉིད་མངོན་པར་སྐྱབ་པས་བསམ་གཏན་དུ་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་རྣམ་པར་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱི་མཆོག་དང་ལྷན་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཞེན། གང་སྟོན་པ་དང་མ་བུལ་བ། རྩལ་  
 བྱིས་དང་མ་བུལ་བ། བཟོད་པ་དང་མ་བུལ་བ། བརྩོན་འགྲུས་དང་མ་བུལ་བ།  
 བསམ་གཏན་དང་མ་བུལ་བ། ཤེས་རབ་དང་མ་བུལ་བ། ཐབས་དང་མ་བུལ་  
 བའོ། །ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། རྩལ་  
 སྟོང་ཆེ་ཆེ་ལྷ་ར་ཆེ་ལྷ་ར་བུ། །དབང་པོའི་སྟོང་ཡུལ་སྡེ་ཆོགས་འཇུག་གྱུར་པ། །  
 དེ་དང་དེ་ལ་རིགས་པ་མཐུན་ཆོག་གིས། །སེམས་ཅན་པན་ཕྱིར་དེས་མངོན་འདྲ་  
 བྱེད་དོ། །ཞེས་སྟོང་ཡུལ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་མདོ་ལས་ཆེ་ལྷ་ར་གསུངས་པ་སྟེ།  
 ལུས་རག་གི་ཀྱན་ཏུ་སྟོང་པ་གང་དང་གང་ལ་འཇུག་པ་ན། དེ་དང་རྩེས་སུ་མཐུན་  
 པར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་པན་པའི་སྟོན་ལས་རྒྱ་ཆེན་པོ་གདབ་པོ། །རྩལ་  
 བའི་བསྟན་ལ་རྩལ་བཞིན་སྟོབ་འདོད་རྣམས། །ཇི་སྐད་བཤད་པའི་རྩལ་འདི་སྟོམ་  
 བྱས་ན། །ཆོས་ཀྱི་རྩེས་སུ་མཐུན་པའི་ཆོས་སྐྱབ་ཅིང་། །སངས་རྒྱས་དགེས་པའི་  
 ལམ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན། །འདི་སྐྱར་དགེ་བས་མཐའ་ཡས་འགོ་བ་ཀྱན། །བུན་སྟོང་  
 ལམ་གྱིས་རང་རྒྱད་སྟོན་བྱས་ཏེ། །ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱིས་རང་གཞན་རྒྱད་སྐྱངས་  
 བས། །ཆོགས་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་དོན་གཉིས་ཕུན་ཆོགས་པའི། །སངས་རྒྱས་གོ་

འཕར་མུར་དུ་ཐོབ་པར་ཤོག། །ལས་དང་པོ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་  
ཉམས་སུ་ལེན་པའི་མན་ངག་མདོར་བསྡུས་པ་འདི་ནི་རང་གི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་  
བསྐྱེལ་བའི་ངོར་དགེ་སློང་གཞོན་ནུ་སློ་གྲོས་ཀྱིས་སྒྱུར་བའོ། །འདིས་སེམས་ཅན་  
མང་པོ་ལ་ཕན་ཐོགས་པར་གྱུར་ཅིག། །སྟ་ལྟོ།

དཔེ་འདིར་མ་དཔེ་གཉིས་མཐའ་ཡང་མ་དཔེ་གསལ་བ་དེའི་ནང་ཤོགས་བུ་ནི་ཤུ་ཅུ་ཆད་པས་བར་  
རྣམས་མ་དཔེ་ཡིག་གཟུགས་ཤིན་ཏུ་རུང་བ་ཞིག་ལ་ཇི་ལྟར་བྱང་བ་བཞིན་བཞོད་ཡོད་པས་གཟིགས་པ་པོ་  
རྣམས་ཀྱིས་ད་དུང་མ་དཔེ་བཟང་པོ་ཞིག་ཐུག་ན་ངག་བཅོས་ཡོད་པར་མཆེན་ཞེས་བསྟུན་གྱིག་པས་སོ། །



༣༡། རེད་མདའ་བ་གཞིན་ནུ་སྒོ་གྲོས་ཀྱི་གསུང་འབུམ།

ཚུམ་པ་པོ།	རེད་མདའ་བ་གཞིན་ནུ་སྒོ་གྲོས་
ཚུམ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་བ།	བསོད་ནམས་ཆོ་བརྟན་།
མདུན་ཤོག་བསྐྱུར་བ།	བད་དོར།
དཔེ་སྒྲིག་	སི་ཁྱོན་ཞིང་ཆེན་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་བསྐྱུ་སྒྲིག་ཁང་།
དཔེ་སྐྱུར།	བོད་ཚུངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྱུར་ཁང་། སྤྱི་ལོ་ ༨༥༠༠༡༠
བརྒྱད་འཛིང་།	ཞིན་ཏུ་དཔེ་ཁང་།
པར་ཁང་།	སི་ཁྱོན་ཅ་ཁྱོང་པར་འདེབས་འགན་འཁུར་ཚད་ཡོད་སྤྱི་གཉེར་ཁང་།
དེབ་ཆེད།	700mmx1000mm 1/16
དཔར་ཤོག་	322.4
པར་གཞི།	2014ལོའི་ལྷ་ལམ་པར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲིག་སྤྱི་ལོ་
པར་ཐེངས།	2014ལོའི་ལྷ་ལམ་པར་ཐེངས་དང་པོ་བཟང་།
པར་གྲངས།	7-7000
དཔེ་རྟགས།	ISBN 978-7-80589-618-2
རིན་གོང་སྒོར།	1544 རྩིས་7-70

པར་གཞི་སྒྲིར་བདག་ཡིན་པས་འདྲ་བཅས་པར་འདེབས་མི་ཆོག།

图书在版编目（C I P）数据

仁达哇·旋努洛卓文集：全10册：藏文 / 旋努洛卓著. -- 拉萨：西藏藏文古籍出版社, 2015.6

ISBN 978-7-80589-618-2 I. ①仁… II. ①旋… III. ①喇嘛宗—文集—藏语 IV. ①B946.6-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 084292 号

仁达哇·旋努洛卓文集

作 者	仁达哇·旋努洛卓
责任编辑	索朗次旦
封面设计	巴多
主 编	四川藏文古籍保护编务院
出 版	西藏藏文古籍出版社
社 址	拉萨市色拉路 22 号 邮政编码 850010
印 刷	四川嘉创印务有限责任公司
经 销	全国新华书店
开 本	700mmx1000mm 1/16
印 张	327.5
版 次	2015 年 6 月第 1 版
印 次	2015 年 6 月第 1 印刷
印 数	1 1000
标准书号	ISBN 978 7-80589-618-2
定 价	655.00 元（全 10 册）

版权所有 翻印必究





